

**KONSUMSI BUAH DAN SAYUR MAHASISWA: APLIKASI *THEORY OF  
PLANNED BEHAVIOR* (TPB)**

**SKRIPSI**

Oleh  
**ILMA SOLIDA TRISYANTI**



**UNIVERSITAS BRAWIJAYA  
FAKULTAS PERTANIAN  
MALANG  
2018**

**KONSUMSI BUAH DAN SAYUR MAHASISWA: APLIKASI *THEORY OF PLANNED BEHAVIOR* (TPB)**

**OLEH:**

**ILMA SOLIDA TRISYANTI**

**145040107111026**

**PROGRAM STUDI AGRIBISNIS  
JURUSAN SOSIAL EKONOMI PERTANIAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh  
Gelar Sarjana Pertanian Strata Satu (S-1)**

**UNIVERSITAS BRAWIJAYA  
FAKULTAS PERTANIAN  
JURUSAN SOSIAL EKONOMI PERTANIAN  
MALANG**

**2018**

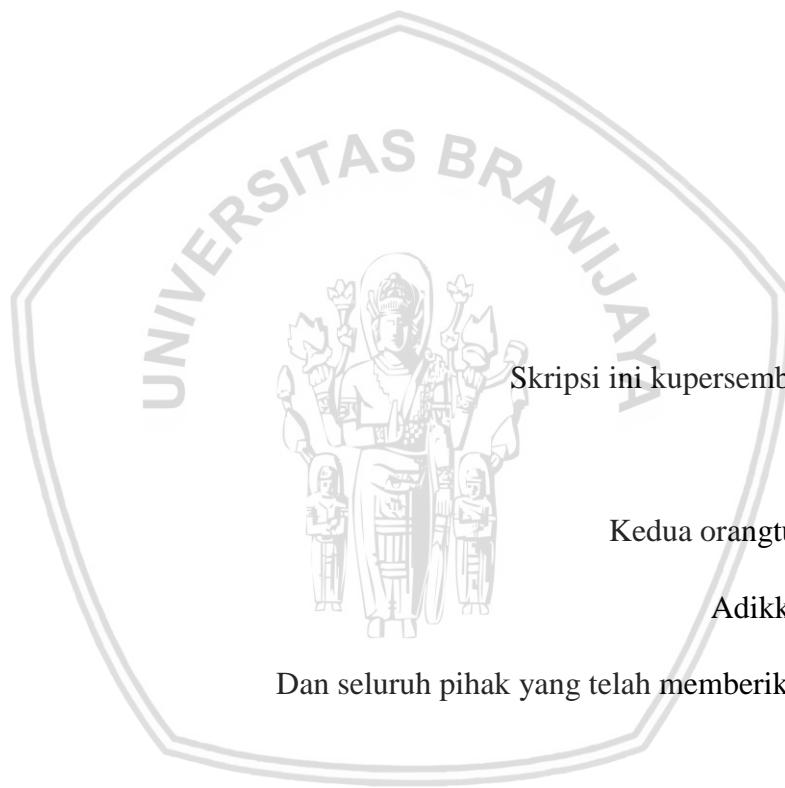
## PERNYATAAN

Saya mengatakan bahwa segala pernyataan dalam skripsi ini merupakan hasil penelitian saya sendiri, dengan bimbingan Bapak Hery Toiba, SP. MP. Ph.D dan Bapak Condro Puspo Nugroho, SP. MP. Skripsi ini tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar di perguruan tinggi manapun dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang dengan jelas ditunjukkan rujukannya dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, Agustus 2018

Ilma Solida Trisyanti





Skripsi ini kupersembahkan untuk

Kedua orangtuaku tercinta

Adikku Tersayang

Dan seluruh pihak yang telah memberikan semangat

## RINGKASAN

**Ilma Solida Trisyanti. 145040107111026. Konsumsi Buah dan Sayur: Aplikasi *Theory of Planned Behaviour* (TPB). Di Bawah Bimbingan Hery Toiba SP. MP. Ph.D dan Condro Puspo Nugroho SP. MP.**

---

Rendahnya konsumsi buah dan sayur telah menjadi isu global dan terjadi di Indonesia. Kecukupan konsumsi sayur dan buah yang dianjurkan berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang 2014, yaitu minimal 5 porsi sehari dengan takaran setara 500 gram setiap hari. Namun, berdasarkan survey Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 menemukan bahwa 90% penduduk Indonesia mengkonsumsi buah dan sayur di bawah anjuran. Mahasiswa yang termasuk ke dalam kelompok umur dewasa dengan tingkat konsumsi buah dan sayur yang rendah.

Tujuan dari penelitian ini yaitu menganalisis perilaku konsumsi buah dan sayur mahasiswa dengan mengaplikasikan *Theory of Planned Behavior* (TPB). Penelitian ini dilakukan pada bulan April sampai Mei 2018 dengan cara menyebarkan kuesioner *online* pada mahasiswa Fakultas Pertanian Universitas Brawijaya yang berusia 19-25 tahun dan sedang kos di Malang. Teknik analisis data yang digunakan yaitu *Structural Equation Modelling-Partial Least Square* (SEM-PLS) dengan menggunakan program WarpPLS 5.0 dengan 100 responden.

Hasil yang ditemukan adalah sikap, norma subjektif, dan kendali perilaku dalam mengkonsumsi sayur dan buah berpengaruh positif terhadap niat konsumsi buah dan sayur. Nilai  $R^2$  variabel sikap, norma subjektif, dan kendali perilaku terhadap niat adalah 0,63. Nilai R-Square niat sebesar 0,63 menunjukkan model kuat dapat diinterpretasikan bahwa variabel konstruk niat dapat dijelaskan oleh variabel konstruk sikap, norma subjektif, dan kendali perilaku sebesar 62,7%. Sedangkan sisanya 37,3% dijelaskan oleh variabel lain diluar yang diteliti. Sikap merupakan prediktor utama dari niat, diikuti oleh kendali perilaku, dan norma subjektif. Niat konsumsi dan kendali perilaku ditemukan berpengaruh langsung terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur dengan nilai  $R^2$  sebesar 0,55. Nilai R-Square perilaku sebesar 0,549 menunjukkan model kuat dapat diinterpretasikan bahwa variabel konstruk perilaku dapat dijelaskan oleh variabel konstruk niat dan kendali perilaku sebesar 54,9%. Sedangkan sisanya 45,1% dijelaskan oleh variabel lain diluar yang diteliti. Kendali perilaku merupakan predictor utama langsung perilaku, kemudian diikuti oleh niat.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, ada beberapa saran yang dapat diberikan. Pertama, peningkatan sikap dapat dilakukan dengan cara memberi pengetahuan lebih lanjut mengenai manfaat konsumsi buah dan sayur secara rutin. Kendali perilaku dapat ditingkatkan dengan cara memberi kemudahan akses bagi mahasiswa untuk membeli buah dan sayur.

## SUMMARY

**Ilma Solida Trisyanti. 145040107111026. Consumption of Fruit and Vegetable among College Students: Application of Theory of Planned Behaviour. Supervised by Hery Toiba SP. MP. Ph.D and Condro Puspo Nugroho SP. MP.**

---

The low consumption of fruits and vegetables has become a global issue and occurs in Indonesia. Adequate consumption of vegetables and fruits recommended under the Pedoman Umum Gizi Seimbang 2014, which is at least 5 servings a day with a dose equivalent to 500 grams per day. However, based on the survey of Riset Kesehatan Dasar on 2013 found that 90% of Indonesians consume fruits and vegetables under advice. College students belonging to the age group of adults with low levels of fruit and vegetable consumption.

The purpose of this study is to analyze the behavior of fruit and vegetable consumption of college students by applying Theory of Planned Behavior (TPB). This research was conducted from April to May 2018 by distributing online questionnaires to students of Faculty of Agriculture, Brawijaya University aged 19-25 years and being boarding in Malang. Data analysis techniques used are Structural Equation Modeling-Partial Least Square (SEM-PLS) using WarpPLS 5.0 program with 100 respondents.

The results found are attitude, subjective norm, and behavioral control in consuming vegetables and fruits have a positive effect on the intention of fruit and vegetable consumption. The value of  $R^2$  of attitude variable, subjective norm, and behavioral control over intention is 0.63. The R-Square value of intention is 0.63 shows that the strong model can be interpreted that the intention construct variable can be explained by construct construct variables, subjective norms, and behavioral control by 62.7%. While the remaining 37.3% is explained by other variables outside the one studied. Attitudes are the main predictors of intention, followed by behavioral control, and subjective norms. Intention of consumption and behavioral control was found to directly affect the consumption behavior of fruits and vegetables with  $R^2$  value of 0.55. The R-Square value of behavior is 0.549 shows that the strong model can be interpreted that the behavioral construct variable can be explained by the construct and intention control variables of 54.9%. While the remaining 45.1% is explained by other variables outside the one studied. Behavioral control is the main direct predictor of behavior, followed by intention.

Based on the results obtained, there are several suggestions that can be given. First, the improvement of attitude can be done by giving further knowledge about the benefits of consumption of fruits and vegetables on a regular basis. Behavioral control can be improved by providing easy access for students to buy fruit and vegetables so it is easier in consuming fruits and vegetables.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun Skripsi dengan judul “Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa: Aplikasi *Theory of Planned Behaviour*” dengan lancar. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pertanian Strata Satu (S-1) di Jurusan Sosial Ekonomi Pertanian, Fakultas Pertanian, Universitas Brawijaya.

Skripsi ini akan menganalisis mengenai factor-faktor yang berpengaruh dalam konsumsi buah dan sayur. Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui perilaku konsumsi buah dan sayur mahasiswa berdasarkan *Theory of Planned Behaviour*. Mahasiswa merupakan remaja tahap akhir dengan kisaran usia 19 tahun saat awal masuk perguruan tinggi. Namun menurut penelitian menyebutkan bahwa konsumsi buah dan sayur masih rendah. Sehingga perlu diteliti penyebab rendahnya konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa.

Skripsi ini sangat memungkinkan masih banyak kekurangan yang harus diperbaiki. Segala bentuk kritik dan saran akan dengan senang hati diterima dan diharapkan dapat membantu dalam penulisan selanjutnya agar lebih baik lagi. Semoga skripsi ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi pembaca.

Malang, Agustus 2018

Penulis

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan pada tanggal 4 Desember 1996 sebagai putri pertama dari dua bersaudara dari Bapak Heri Sutrisno dan Ibu Ryza Arwyanti Patrianingrum. Penulis menempuh Pendidikan dasar di SDN Bonipoi 2 Kupang pada tahun 2002 hingga 2006 dan SDN Percobaan 2 Malang pada tahun 2006 hingga 2008. Kemudian penulis melanjutkan Pendidikan ke SMPN 8 Malang pada tahun 2008 hingga 2011. Pada tahun 2011 hingga 2014 melanjutkan studi di SMAN 5 Malang, Pada tahun 2014 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Strata-1 di Program Studi Agribisnis Fakultas Pertanian Universitas Brawijaya Malang, Jawa Timur.

Selama menjadi mahasiswa penulis pernah menjadi panitia Pasca PLA 2014. Selain itu, penulis juga pernah mengikuti kepanitiaan Olimpiade Agribisnis 2014 sebagai sesi humas.





## DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
HALAMAN PERUNTUKAN	
RINGKASAN .....	i
SUMMARY .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
RIWAYAT HIDUP.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
<b>I. PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	2
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Kegunaan Penelitian .....	4
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	5
2.1 Tinjauan Penelitian Mengenai Perilaku Konsumsi Mahasiswa .....	5
2.2 Tinjauan Penelitian Terdahulu .....	6
2.3 Tinjauan <i>Theory of Planned Behaviour</i> (TPB).....	10
<b>III. KERANGKA PENELITIAN</b> .....	13
3.1 Kerangka Pemikiran.....	13
3.2 Batasan Penelitian.....	16
3.3 Hipotesis .....	16
3.4 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel.....	16
<b>IV. METODE PENELITIAN</b> .....	19
4.1 Pendekatan Penelitian .....	19
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	19
4.3 Teknik Penentuan Sampel .....	19
4.4 Pengumpulan Data.....	20
4.5 Teknik Analisis Data .....	20
4.6 Pengujian Hipotesis .....	24
<b>V. HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	25

5.1 Karakteristik Responden.....	25
5.2 Deskriptif Statistika .....	28
5.3 Analisis Model Pengukuran <i>Equation Model</i> (SEM) .....	30
5.4 Pengujian Hipotesis .....	38
5.5 Pembahasan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur dengan Aplikasi <i>Theory of Planned Behavior</i> .....	41
<b>VI. PENUTUP</b> .....	47
6.1 Kesimpulan .....	47
6.2 Saran.....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	48
<b>LAMPIRAN</b> .....	53



## DAFTAR TABEL

Nomor Halaman	Teks	
1.	Pengukuran Variabel .....	17
2.	Persamaan Pengukuran ( <i>outer model</i> ) .....	22
3.	Presentase Jumlah Respoden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	25
4.	Presentase Jumlah Responden Berdasarkan Usia .....	25
5.	Presentase Jumlah Responden Berdasarkan Program Studi .....	26
6.	Presentase Jumlah Responden Berdasarkan Tahun Angkatan .....	26
7.	Presentase Jumlah Responden Berdasarkan Pekerjaan Orangtua .....	26
8.	Profil Berdasarkan Penghasilan Orangtua Responden .....	27
9.	Presentase Jumlah Responden Berdasarkan Uang Saku Bulanan.....	27
10.	Deskripsi Statistika .....	28
11.	<i>Combined Loadings and Cross Loadings</i> .....	31
12.	<i>Internal Consistency Reliability</i> .....	32
13.	<i>Average Variance Extracted (AVE)</i> .....	32
14.	Akar Kuadrat <i>Average Variance Extracted (AVE)</i> .....	33
15.	<i>Full Collinearity VIF</i> .....	35
16.	<i>Effect Size</i> .....	36
17.	<i>Goodness of Fit (GoF)</i> .....	37
18.	Hipotesis .....	39

# DAFTAR GAMBAR

Nomor	Teks	Halaman
1.	Model <i>Theory of Planned Behaviour</i> .....	10
2.	Kerangka Pemikiran .....	15
3.	Model Struktural dan Model Pengukuran .....	22
4.	Jalur Penelitian Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur .....	34



DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Halaman	Teks	
1.	Kuisisioner Penelitian .....	54
2.	Hasil Jawaban Kuisisioner Responden .....	58
3.	Tahapan Analisis WarpPLS .....	61
4.	Hasil Analisis WarpPLS .....	64



## I. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Rendahnya konsumsi buah dan sayur telah menjadi isu global. Bahkan pada negara maju konsumsi sayur dan buah lebih rendah dari rekomendasi. Persentase kecukupan konsumsi sayur dan buah di negara maju antara lain: Inggris (41 %) (UK New National Diet and Nutrition Survey, 2012 ), Amerika (52%) (US Department of Agriculture, 2016), Australia (50%) (Australia National Bureau Statistic, 2012),.. Pada negara berkembang, persentase rendahnya konsumsi sayur dan buah tergolong tinggi seperti di Malaysia (85%), Filipina (75,3%), dan Laos (79%) (Survey WHO, 2003). Padahal, buah dan sayuran merupakan komponen nutrisi penting bagi kesehatan manusia. Asupan buah dan sayuran yang lebih tinggi dapat mengurangi risiko penyakit kardiovaskular, kanker dan obesitas (Wang et al., 2014; Thow dan Priyadarshi, 2013; He et al., 2010; Liu et al., 2011; ). Sehingga, orang-orang yang memiliki tingkat konsumsi buah dan sayur rendah memiliki risiko penyakit kronis yang lebih tinggi (Wang et al., 2014). Selain itu, peningkatan asupan buah dan sayur akan meningkatkan rasa kenyang, menurunkan asupan energi dan dikaitkan dengan hasil penurunan berat badan yang lebih baik dan penanganan penurunan berat badan yang sukses untuk remaja (Nystorm *et al*, 2015)

Upaya penurunan resiko penyakit kronis dapat dilakukan dengan merekomendasikan konsumsi buah dan sayur yang cukup. WHO merekomendasikan konsumsi sayur dan buah sebanyak 400 gram setiap hari, atau setara dengan 5 porsi sayur dan buah sehari (WHO, 2003). Di Indonesia, berdasarkan pedoman gizi seimbang (PGS, 2014), jumlah porsi sayur dan buah-buahan yang dianjurkan adalah 3-5 porsi sayuran dan 2-3 porsi buah-buahan dalam sehari. Artinya, anjuran konsumsi sayur dan buah-buahan pada remaja dan dewasa minimal 5 - 8 porsi sehari, dengan takaran 1 porsi setara dengan semangkuk sayur (sekitar 100 gram). Dengan demikian kecukupan konsumsi sayur dan buah pada remaja dan dewasa yang dianjurkan berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang 2014, yaitu minimal 5 porsi sehari dengan takaran setara 500 gram setiap hari (Kemenkes RI, 2014)

Tingkat konsumsi buah dan sayur yang rendah juga terjadi di Indonesia. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 melaporkan bahwa proporsi rerata

nasional perilaku konsumsi kurang sayur dan buah lebih dari 90%. Hasil penelitian Hermina dan Prihatini (2004) menunjukkan bahwa rerata konsumsi sayur penduduk Indonesia sebanyak 70,0 gram/orang/hari, sedangkan konsumsi buah sebanyak 38,8 gram/orang/hari. Kelompok umur tertinggi yang kurang mengonsumsi sayur dan buah adalah kelompok usia remaja (13-18 tahun) (98,4%) kelompok dewasa (19-55 tahun) (96,9%) dan lanjut usia (>55 tahun) (97,2%).

Mahasiswa merupakan remaja tahap akhir dengan kisaran usia 18 tahun saat awal masuk perguruan tinggi. Setelah transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi, mahasiswa ditantang untuk memilih makanan sehat. Namun, studi menunjukkan bahwa konsumsi asupan makanan kurang sehat (makanan ringan, makanan cepat saji, kentang goreng, kue, pai, dan minuman berkarbonasi) cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan asupan buah dan sayuran yang lebih rendah (Huang, 2014; Larson, 2012; Deliens, 2013). Penelitian internasional menunjukkan bahwa pola makan mahasiswa dapat meningkatkan resiko kelebihan berat badan dan obesitas, penambahan berat badan, dan gaya hidup tidak sehat, yang dikaitkan dengan risiko lebih tinggi terkena penyakit kronis (Nelson, 2008; Kapinos, 2014).

Sebuah penelitian *cross-sectional* yang meneliti kebiasaan makan mahasiswa menemukan bahwa rata-rata, mereka mengonsumsi kurang dari 2 porsi buah dan kurang dari 2 porsi sayuran setiap hari (Nelson *et al*, 2009). Bagi mahasiswa khususnya, masa transisi ke universitas memiliki konsekuensi negatif untuk konsumsi buah dan sayur seperti yang ditunjukkan dalam penelitian Fredman (2010). Menurut penelitian ini, persentase orang dewasa muda yang memenuhi pedoman konsumsi buah dan sayuran hanya sebesar 25% setelah masa transisi ke universitas. Namun, bagi mereka yang tetap tinggal di rumah selama masa perkuliahan, asupan sayur dan buah relatif tidak menunjukkan perubahan. Temuan ini menunjukkan proses meninggalkan rumah dan membuat pilihan independen berdampak pada penurunan konsumsi buah dan sayur.

Kesimpulan ini didukung oleh fakta mahasiswa yang hidup jauh dari rumah, juga mengonsumsi buah dan sayur lebih sedikit daripada saat mereka tinggal di rumah (Nelson *et al*, 2009). Studi ini menunjukkan bahwa, walaupun orang dewasa muda memiliki kebebasan untuk membentuk kebiasaan makan baru



yang sehat, mereka tidak membuat pilihan makanan sehat. Sebagai "umur penjelajahan identitas" sangat penting dalam pengembangan kebiasaan masa depan, meneliti mekanisme yang memotivasi orang dewasa muda untuk membuat pilihan makanan sehat yang dibutuhkan.

Penelitian mengenai perilaku konsumsi buah dan sayur di Indonesia sudah pernah dilakukan. Beberapa penelitian tersebut, yaitu penelitian Mohammad dan Madanijah (2015), Anzarkusuma (2014), dan Bella dkk (2017). Tujuan penelitian ini adalah mengetahui dan mempelajari faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur. Namun, penelitian ini hanya menganalisis faktor eksternal yang berpengaruh terhadap konsumsi buah dan sayur. *Theory of Planned Behaviour* (TPB) dapat memprediksi faktor internal (sikap dan kendali perilaku) serta faktor eksternal (norma subyektif) yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur.

Perlu dilakukan penelitian mengenai penyebab penurunan perilaku konsumsi sayur dan buah pada mahasiswa. *Theory of Planned Behavior* (TPB) sering dijadikan kerangka teoritis untuk memahami perilaku konsumsi buah dan sayur (Blanchard et al., 2009). Teori ini menyatakan bahwa suatu perilaku didasari oleh adanya niat berperilaku (*behaviour intention*), dimana niat dipengaruhi oleh sikap, norma subyektif, dan persepsi kendali perilaku (Ajzen, 1991). Sehingga, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa dengan aplikasi TPB.

## 1.2 Rumusan Masalah

Konsumsi buah dan sayur yang direkomendasikan WHO sebesar 400 gram per hari. Namun berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2013 lebih dari 90% masyarakat Indonesia mengonsumsi sayur dan buah dibawah anjuran. Persentase rendahnya konsumsi buah dan sayur pada kelompok dewasa adalah 96,9%. Mahasiswa termasuk ke dalam kelompok umur dewasa muda dengan kisaran usia 19-25 tahun. Perilaku konsumsi pada mahasiswa identik dengan kebiasaan yang kurang sehat, salah satunya kurangnya konsumsi buah dan sayur. Perlu dilakukan penelitian mengenai perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa untuk mengetahui penyebab rendahnya konsumsi sayur dan buah. Sehingga untuk

mengetahui perilaku konsumsi buah dan sayur dapat digunakan *Theory of Planned Behaviour* dengan rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaruh sikap terhadap niat mengkonsumsi buah dan sayur?
2. Bagaimana pengaruh norma subjektif terhadap niat mengkonsumsi buah dan sayur?
3. Bagaimana pengaruh kendali perilaku terhadap niat mengkonsumsi buah dan sayur?
4. Bagaimana pengaruh niat terhadap perilaku mengkonsumsi buah dan sayur?
5. Bagaimana pengaruh kendali perilaku terhadap perilaku mengkonsumsi buah dan sayur?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan di atas, tujuan dari penelitian ini yaitu

1. Menganalisis pengaruh sikap terhadap niat mengkonsumsi buah dan sayur
2. Menganalisis pengaruh norma subjektif terhadap niat mengkonsumsi buah dan sayur
3. Menganalisis pengaruh kendali perilaku terhadap niat mengkonsumsi buah dan sayur
4. Menganalisis pengaruh niat terhadap perilaku mengkonsumsi buah dan sayur
5. Menganalisis pengaruh kendali perilaku terhadap perilaku mengkonsumsi buah dan sayur

### **1.4 Kegunaan Penelitian**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai perilaku konsumsi buah dan sayur mahasiswa. Selanjutnya, hasil penelitian mengenai perilaku konsumsi buah dan sayur dapat digunakan sebagai dasar rekomendasi dalam upaya peningkatan konsumsi buah dan sayur khususnya bagi mahasiswa.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Tinjauan Penelitian Mengenai Perilaku Konsumsi Mahasiswa

Dua tahap yang berperan dalam perkembangan kebiasaan makan seumur hidup adalah periode awal kehidupan dan masa (Anzman *et al* 2010; Baronowski *et al.* 2012). Anzman *et al* (2010) melakukan tinjauan di mana dampak lingkungan awal. Sementara faktor lingkungan awal berperan dalam pengembangan kebiasaan makan, Baronowski *et al* (2012) mengemukakan bahwa perilaku makan seumur hidup juga bisa terbentuk sejak muda, yaitu perkembangan dari sekolah menengah sampai perguruan tinggi. Masa transisi ini sangat penting karena melibatkan perubahan dalam banyak peran sosial, motivasi, dan sumber daya yang mempengaruhi kemungkinan seseorang melakukan perilaku tertentu. Dalam studi selanjutnya, Ha dan Caine-Bish (2009) menyimpulkan bahwa kebiasaan makan yang ada di perguruan tinggi mungkin juga sangat penting. Perkembangan kebiasaan makan seumur hidup, tidak hanya berdampak pada individu tapi keluarga mereka.

Kebiasaan makan yang baik merupakan bagian penting dari gaya hidup sehat. Transisi dari masa remaja sampai dewasa adalah periode yang sering ditandai dengan gaya hidup yang tidak sehat (Nelson *et al*, 2009). Pada masa ini, siswa muda mulai belajar hidup mandiri dan menerapkan pola perilaku kesehatan yang berlangsung seumur hidup. Oleh karena itu, masa transisi ini dapat secara signifikan membentuk jenis kebiasaan makan yang diadopsi orang dewasa muda (19-25 tahun), yang dapat berimplikasi sepanjang hidup mereka. (Cluskey dan Grobe, 2009).

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pola diet yang ditetapkan selama kuliah cenderung dipertahankan sepanjang umur (Ha dan Caine-Bish 2009). Sayangnya, pola diet perguruan tinggi cenderung terdiri dari perilaku tidak sehat termasuk konsumsi lemak, lemak jenuh, kolesterol, dan sodium yang tinggi, dan konsumsi buah-buahan dan sayuran rendah, sehingga serat asupan rendah, vitamin A, C, dan E, folat, besi, dan kalsium (Ha dan Caine-Bish 2009). Di kalangan mahasiswa, 94% melaporkan makan kurang dari 5 porsi buah dan sayuran yang dianjurkan setiap hari. Selain itu, 21% mahasiswa kelebihan berat badan dan 11,5% tambahan mengalami obesitas (American

College Health Association 2010). Sedangkan di Indonesia persentase kurangnya konsumsi buah pada usia dewasa (19-55 tahun) sebesar 96,9% (Riskesmas, 2013). Oleh karena itu, kebiasaan diet yang buruk yang terjadi selama tahun-tahun kuliah dapat membuat orang-orang ini berisiko tinggi terkena penyakit kronis. Karena tingkat konsumsi sayur dan buah yang rendah di kalangan mahasiswa maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui perilaku konsumsi buah dan sayur mahasiswa.

## 2.2 Tinjauan Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yang relevan dengan topik penelitian digunakan sebagai referensi untuk menyusun penelitian ini. Selanjutnya penelitian terdahulu dapat dianalisis untuk mengetahui celah atau *gap* dengan penelitian yang sedang dilakukan. Beberapa penelitian terdahulu yang digunakan sebagai acuan antara lain:

Penelitian Guillaumie *et al* (2010) berjudul *Psychosocial determinants of fruit and vegetable intake in adult population: a systematic review* menggunakan *social cognitive theory* (SCT) sebagai dasar penelitian. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis factor psiko-sosial yang mempengaruhi perilaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa factor psiko-sosial ternyata tidak berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

Untuk mengetahui perilaku makan seseorang salah satunya dapat menggunakan *The Eating Attitudes Test-26* (EAT-26). Metode ini digunakan untuk mengetahui perilaku gangguan makan (*eating disorder*). Kemudian, hasil pengukuran dapat digunakan untuk merekomendasikan perilaku makan yang lebih sehat berdasarkan faktor-faktor yang nilainya signifikan. Biasanya penelitian dianalisis dengan menggunakan SEM dan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) (Marsh *et al*, 2009; Maïano *et al*, 2009; dan Mc Nicholas *et al*, 2010). Namun, metode EAT-26 memiliki kelemahan yaitu tidak dapat mendefinisikan struktur perilaku dengan baik dan sering terjadi bias substansial, seperti diungkapkan dalam penelitian Morin *et al* (2013). Kelemahan lainnya adalah skala pengukuran yang digunakan tidak dapat dimodifikasi. Studi menunjukkan bahwa pengubahan skala pengukuran dapat merusak instrument validitas penelitian (Marsh *et al*, 2009). Sehingga karena keterbatasannya, metode *The*

*Eating Attitudes Test-26* (EAT-26) kurang baik jika diterapkan untuk meneliti perilaku makan buah dan sayur.

Penelitian Kittinger *et al* (2008) yang berjudul “*Examining the predictive value of the theory of planned behavior and stages of change on fruit and vegetable intake*” bertujuan untuk menelaah hubungan penerapan teori *planned of behavior* di Amerika Serikat, Penelitian ini menggunakan metode longitudinal. Survey dilakukan dengan menggunakan telepon pada orang dewasa yang berbicara Bahasa Inggris pada Negara Bagian Hawai’ii. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah korelasi regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap dan norma subjektif berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur.

Selanjutnya yaitu penelitian Blanchard *et al* (2009) *Do ethnicity and gender matter when using the theory of planned behavior to understand fruit and vegetable consumption?*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui niat dan kendali perilaku dalam mengonsumsi buah dan sayur berdasarkan suku dan jenis kelamin. Penelitian ini dilakukan di Amerika Serikat. Analisis data dilakukan dengan menggunakan korelasi regresi. Hasil studi menunjukkan bahwa wanita memiliki sikap yang lebih tinggi terhadap konsumsi buah dan sayur dibandingkan laki-laki. Kontrol perilaku pada wanita pada konsumsi buah dan sayur memiliki nilai yang lebih tinggi dibanding laki-laki. Sedangkan pada norma subjektif laki-laki memiliki nilai yang lebih tinggi dibanding wanita. Hal ini karena mereka mengonsumsi buah dan sayur sebagai sesuatu yang baik untuk diperlihatkan. Sehingga, dapat dikatakan bahwa sikap, norma subjektif dan kendali perilaku berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur.

Penelitian Menozzi dan Mora (2012) berjudul *Fruit consumption determinants among young adults in Italy: A case study* bertujuan untuk menganalisis sikap dan perilaku orang dewasa muda terhadap buah. Survey dilakukan pada mahasiswa Itali untuk mengetahui perilaku konsumsi dan determinannya berdasarkan *Theory of Planned Behaviour*. Pentingnya determinan dievaluasi dengan menggunakan *structural equation modelling* (SEM) dan analisis multi group. Variabel TPB (sikap, norma subjektif dan persepsi kontrol) menjelaskan 72% niat untuk mengonsumsi setidaknya 200 g / hari buah, dan 15% buah. Angka-angka ini meningkat, masing-



masing menjadi 88% dan 20% jika kita memasukkan kebiasaan sebagai mediator. Analisis multi group telah menunjukkan bahwa niat pada konsumen dengan tingkat konsumsi buah rendah dipengaruhi oleh sikap. Selanjutnya, untuk menganalisis determinan utama konsumsi sayuran di kalangan orang dewasa muda, Menozzi; Sogari; dan Mora (2017) melakukan penelitian yang berjudul *Understanding And Modelling Vegetables Consumption Among Young Adults*. Sebuah penelitian cross-sectional dilakukan pada sampel siswa Itali menggunakan teori perilaku terencana (TPB) sebagai kerangka konseptual. *Structural equation modelling* (SEM) digunakan untuk menguji prediktor TPB untuk men\gonsumsi setidaknya dua porsi sayuran per hari. Model TPB menjelaskan 81% niat dan 67% varians perilaku. Niat secara signifikan mempengaruhi perilaku konsumsi sayur pada peserta dengan kebiasaan rendah. Sedangkan pada kelompok kebiasaan tinggi, prediktor perilaku utama yang adalah *Perceived Control behaviour* (PBC),

Penelitian Lien *et al* (2015) *Applying Theory of Planned Behaviour to Fruit and Vegetable Consumption to Young Adolescent* menelaah mengenai seberapa baik model TPB dapat mengetahui frekuensi konsumsi sayur dan buah serta apakah status sosio-ekonomik (SES) dan gender mempengaruhi konstruksi pada model. Sampel penelitian yang dipilih adalah siswa SMP. Pengukuran yang dilakukan adalah frekuensi serta perilaku konsumsi buah dan sayur, norma subjektif, serta niat (intensi) yang mempengaruhi perilaku ini. Tiga level socio-economic status (SES) ditetapkan berdasarkan pekerjaan dan tingkat pendidikan orangtua. Analisis data dilakukan dengan menggunakan *path analysis* dengan *software* AMOS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gender memiliki efek moderat pada hubungan antara sikap dan niat serta niat dan perilaku pada model. Sedangkan SES tidak memiliki pengaruh dalam perilaku konsumsi buah dan sayur.

Penelitian terdahulu memiliki topik yang sama mengenai perilaku konsumsi buah dan sayur. Berdasarkan penelitian terdahulu, teori yang digunakan untuk menjelaskan perilaku konsumsi buah dan sayur adalah *Social Cognitive Theory* (SCT), *The Eating Attitudes Test-26* (EAT-26), dan *Theory of Planned Behavior* (TPB). Namun, *Social Cognitive Theory* (SCT) dan *The Eating Attitudes Test-26*

(EAT-26) gagal untuk mengetahui perilaku konsumsi buah dan sayur dengan baik. Sehingga, berdasarkan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa model *Theory of Planned Behavior* (TPB) layak dijadikan model untuk mengetahui perilaku konsumsi buah dan sayur.

Penelitian ini dengan penelitian terdahulu memiliki beberapa persamaan dan perbedaan. Persamaan dalam penelitian ini adalah responden yang dipilih sebagai sampel merupakan mahasiswa seperti dalam penelitian Menozzi; Mora (2012) dan Menozzi;Sogari; dan Mora (2017). Penelitian terdahulu memunculkan gap untuk memberi perbedaan penelitian yang sudah ada dengan penelitian yang akan dilakukan penulis. Perbedaan penelitian yang dilakukan dengan penelitian terdahulu terletak pada situasi dan lokasi penelitian. Penelitian terdahulu dilakukan di Amerika dan Itali sedangkan penelitian saat ini dilakukan di Kota Malang, Jawa Timur. Sedangkan sampel yang dipilih penulis adalah mahasiswa Fakultas Pertanian Universitas Brawijaya. Sementara sampel yang digunakan pada peneliti terdahulu adalah siswa SMP (Lien *et al* (2015)) dan orang dewasa pada Kawasan Hawai'i (Kittinger *et al.*, (2008)).

*Analytical gap* antara penelitian penulis dengan penelitian terdahulu adalah pada penggunaan alat analisis dan model pendekatan. Peneliti menggunakan teknik analisis *Struktural Equation Model Partial Least Square* (SEM-PLS) sedangkan penelitian Kittinger *et al.*, (2008) dan Blanchard, Kupperman *et al.*, (2009) menggunakan analisis korelasi regresi. Kemudian pada penelitian Lien *et al* (2015) menggunakan *path analysis* sebagai teknik analisis data.

Metode SEM memiliki kemampuan analisis dan prediksi yang lebih hebat (*stronger predicting power*) dibandingkan analisis jalur dan regresi berganda karena SEM mampu menganalisis sampai pada level terdalam terhadap variabel atau konstruk yang diteliti (Hair *et al*, 2010). *Partial Least Square* (PLS) merupakan salah satu metode alternatif estimasi model untuk mengelola *Structural Equation Modelling* (SEM). Desain PLS dibuat untuk mengatasi keterbatasan metode SEM. Pada metode SEM mengharuskan data berukuran besar, tidak ada *missing values*, harus berdistribusi normal, dan tidak boleh memiliki multikolinieritas, sedangkan pada PLS menggunakan



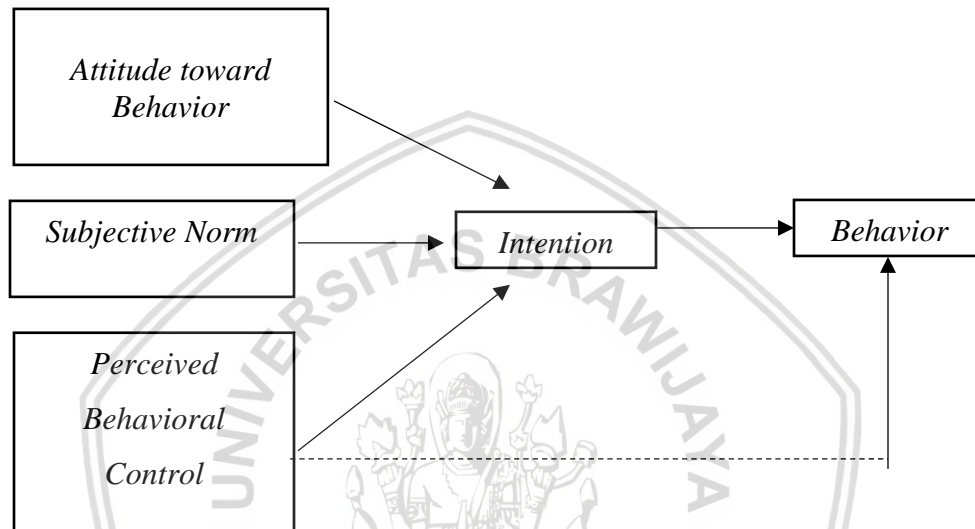
pendekatan distribution free dimana data dapat berdistribusi tertentu. Selain itu PLS juga dapat digunakan pada jumlah sampel yang kecil (Hair *et al*, 2010).

PLS dapat digunakan untuk mengetahui kompleksitas hubungan suatu konstruk dan konstruk yang lain, serta hubungan suatu konstruk dan indikator-indikatornya. PLS didefinisikan oleh dua persamaan, yaitu inner mode dan outer model. Inner model menentukan spesifikasi hubungan antara konstruk dan konstruk lain, sedangkan outer model menentukan spesifikasi hubungan antara konstruk dan indikator-indikatornya. PLS dapat bekerja untuk model hubungan konstruk dan indikator-indikatornya yang bersifat reflektif dan formatif, sedangkan SEM hanya bekerja pada model hubungan yang bersifat reflektif saja. Metode PLS mempunyai keunggulan tersendiri diantaranya: data tidak harus berdistribusi normal multivariate (indikator dengan skala kategori, ordinal, interval sampai rasio dapat digunakan pada model yang sama) dan ukuran sampel tidak harus besar. Distribusi data tidak diketahui sehingga tidak bias menilai signifikansi statistik. Kelemahan bisa diatasi dengan menggunakan metode resampling (*Bootstrap*). (Vincenzo *et.,al.* 2010).

### 2.3 Tinjauan *Theory of Planned Behaviour* (TPB)

*Theory of Planned Behaviour* (TPB) merupakan pengembangan dari teori tindakan beralasan (*theory of reasoned action* - TRA) (Ajzen, 1991). *Theory of Reasoned Action* (TRA) menjelaskan tentang perilaku yang berubah berdasarkan hasil dari niat perilaku, dan niat perilaku dipengaruhi oleh norma sosial dan sikap individu terhadap perilaku. TPB dikembangkan karena keterbatasan model awal (TRA) dalam menangani perilaku di mana orang tidak memiliki kehendak kendali penuh (*volitional control*). Ajzen (2005) kemudian menambahkan sebuah variabel baru untuk menghitung faktor-faktor di luar kontrol penuh seseorang, yaitu persepsi kendali perilaku (*perceived behavioral control*) Seperti dalam TRA, faktor sentral dalam TPB adalah *intention* atau niat individu untuk melakukan perilaku tertentu (Fishbein & Ajzen, 1991). Intensi diasumsikan sebagai faktor-faktor motivasional yang mempengaruhi perilaku, yang mengindikasikan seberapa keras orang bersedia untuk mencoba dan berapa banyak upaya yang mereka rencanakan untuk dikerahkan dalam

rangka untuk melakukan perilaku (Fishbein dan Ajzen, 1991). Terdapat tiga prediktor utama yang memengaruhi intensi individu untuk melakukan suatu perilaku, yaitu sikap terhadap suatu perilaku (*attitude toward the behaviour*), norma subyektif (*subjective norm*), dan persepsi tentang control perilaku (*perceived behaviour control*) (Ajzen, 2005).



Gambar 1. Model *Theory of Planned Behaviour*

TPB menjelaskan tiga faktor penentu niat yang secara konseptual berdiri sendiri, antara lain:

#### 1. Sikap Terhadap Perilaku (*Attitude Toward Behaviour*)

Fishbein dan Ajzen (1991) mendefinisikan sikap sebagai perasaan umum seseorang yang berupa perasaan positif atau negatif terhadap suatu objek sikap. Sciffman dan Kanuk (2007) yang menyatakan bahwa sikap merupakan ekspresi perasaan yang berasal dari dalam diri individu yang mencerminkan apakah seseorang senang atau tidak senang, suka atau tidak suka dan setuju atau tidak setuju terhadap suatu obyek. Berdasarkan definisi yang telah dijelaskan di atas, dapat dijelaskan bahwa sikap merupakan kecenderungan memberikan tanggapan pada suatu obyek baik disenangi maupun tidak disenangi secara konsisten. Chatzisarantis *et al* (2010) menyatakan bahwa sikap merupakan anteseden terpenting atau sebagai prediktor dari niat untuk aktivitas fisik dan perilaku.

## 2. Norma Subyektif (*Subjective Norm*)

Menurut Fishbein dan Ajzen (1991), norma subjektif merupakan persepsi individu atas orang-orang yang penting bagi dirinya terhadap suatu objek. Perspektif sosial ataupun organisasi sangat berpengaruh terhadap pembentukan persepsi seorang konsumen. Menurut Azjen (2005), norma subjektif dibentuk oleh dua hal yang mendasar yaitu : (1) *Normative Belief*, yaitu kepercayaan atau keyakinan individu bahwa orang lain mengharapkan seorang individu untuk bertindak atau berperilaku tertentu dan (2) *Motivations to comply*, yaitu kecenderungan individu untuk menampilkan apa yang menjadi keinginan dan pengharapan orang lain.

## 3. Persepsi Kendali Perilaku (*Perceived Behavioral Control*)

Faktor terakhir yang merupakan faktor tambahan yang dikembangkan dari teori sebelumnya (*The Theory of Reaction Action*) yaitu pengendali dalam berperilaku (*perceived behavioral control*). Menurut Ajzen (1991), pengendali dalam berperilaku (*perceived behavioral control*) merupakan keberadaan rasa kebutuhan dan peluang yang berasal dari persepsi individu tentang kemudahan atau kesulitan dalam melakukan suatu tindakan. Faktor ini menjelaskan situasi dimana faktor non-motivasi juga berperan dalam merubah sikap seseorang dalam berperilaku. *Perceived Behavioral Control* (PBC) menunjuk suatu derajat dimana seorang individu merasa bahwa tampil atau tidaknya suatu perilaku yang dimaksud berada dibawah pengendaliannya. Pengendalian tersebut dapat berupa kepercayaan seseorang terhadap faktor-faktor yang mempermudah atau mempersulit berperilaku. Dalam TPB, norma subjektif dan kontrol keprilakuan yang dirasakan (*perceived behavioural control*) bisa memperkuat atau memperlemah niat seseorang untuk berperilaku. Semakin seseorang mempersepsikan dirinya mampu maka akan semakin besar intensi seseorang untuk melakukan suatu perbuatan. Jika terjadi perubahan-perubahan pada norma subyektif dari konsumen tersebut dan konsekuensinya dari perubahan yang tidak diharapkan itu akan turut mempengaruhinya. Jika seseorang mempersepsikan dirinya memiliki sumber daya untuk mengkonsumsi sayur dan buah , maka niat untuk mengkonsumsi sayur dan buah akan semakin besar.

### III. KERANGKA PENELITIAN

#### 3.1 Kerangka Pemikiran

Kecukupan konsumsi buah dan sayur dapat menurunkan resiko terkena penyakit kronis. WHO telah merekomendasikan konsumsi buah dan sayur harian sebanyak 400 gram. Namun, data menunjukkan bahwa sebanyak 96,9% orang usia dewasa (19-55 tahun) di Indonesia mengkonsumsi sayur dan buah harian jauh dibawah rekomendasi yang ditetapkan. Mahasiswa termasuk ke dalam kelompok umur dewasa muda, yaitu 19-25 tahun. Mahasiswa dianggap telah mandiri dan dituntut untuk membuat pilihan konsumsi yang sehat. Namun, dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang kos memiliki kecenderungan untuk mengkonsumsi makanan kurang sehat. Hal ini berdampak pada penurunan konsumsi buah dan sayur. Sehingga, untuk mengetahui penyebab penurunan konsumsi buah dan sayur perlu diketahui bagaimana perilaku konsumsi buah dan sayur mahasiswa.

Perilaku konsumsi buah dan sayur dapat diprediksi menggunakan model *Theory of Planned Behaviour* (TPB). Ajzen (1991) menyatakan bahwa faktor sentral dari perilaku individu adalah niat individu (*behavior intention*). Niat untuk berperilaku dipengaruhi oleh tiga komponen yaitu sikap (*attitude*), norma subyektif (*subjective norm*) dan persepsi kendali perilaku (*perceived behaviour control*). TPB telah berhasil mengetahui banyak perilaku kesehatan seperti makan sehat dan olahraga (Manning, 2009). Penelitian Cox (1998) mengungkapkan bahwa TPB dapat menjelaskan 33% hingga 47% variasi niat untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayuran. Selain itu *Theory of Planned Behaviour* (TPB) juga bisa diaplikasikan untuk menyelidiki keberlanjutan perilaku mengkonsumsi makanan (Chen, 2007; Maichum, 2017). Beberapa penelitian menemukan bahwa sikap memberi pengaruh yang lebih kuat yang kemudian diikuti dengan persepsi kendali perilaku dan norma subyektif..

Jika seseorang memiliki sikap yang positif terhadap asupan buah dan sayur maka seseorang tersebut akan memiliki niat untuk mengonsumsi buah dan sayur tersebut setiap harinya (Kittinger *et al.*, 2008). Beberapa penelitian terkait konsumsi buah dan sayur menyatakan bahwa norma subyektif memiliki hubungan yang signifikan dengan niat dalam perilaku konsumsi buah dan sayur (Kupperman *et al*,

2009, Bogers *et al*, 2014, dan Collins & Mullan, 2011). Beberapa studi juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara keyakinan individu dalam mengkonsumsi buah dan sayur terhadap faktor pengendali terhadap perilaku (*perceived behavioural control*) (Kittinger *et al.*, 2008, Menozzi;Sogari; dan Mora 2017). Hal ini menunjukkan bahwa seseorang memiliki motivasi yang tinggi dan kesempatan yang besar untuk mengkonsumsi buah dan sayur secara rutin. Oleh karena itu, maka didapatkan kerangka pemikiran sebagai berikut:



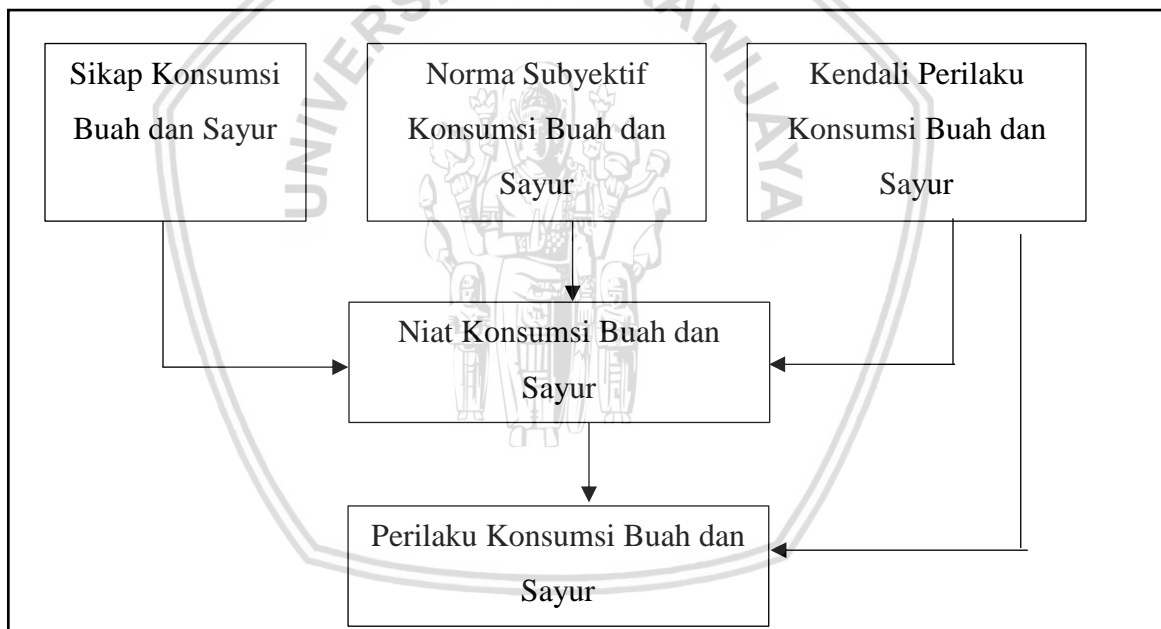
WHO merekomendasikan konsumsi buah dan sayur sebesar 400g sebagai upaya pencegahan penyakit kronis



Permasalahan:

Mahasiswa termasuk ke dalam kelompok umur dewasa yang mengkonsumsi sayur dibawah rekomendasi.

Hidup jauh dari rumah (kos) menyebabkan perilaku penurunan konsumsi buah dan sayur.



Rekomendasi upaya peningkatan konsumsi buah dan sayur

Gambar 2. Kerangka Pemikiran Penelitian



### 3.2 Batasan Penelitian

Batasan masalah yang ditetapkan oleh penulis agar terfokus pada tujuan penelitian adalah:

1. Penelitian dilakukan di lingkungan Fakultas Pertanian Universitas Brawijaya Malang
2. Responden yang dipilih sebagai sampel adalah mahasiswa angkatan 2014 - 2017.
3. Mahasiswa yang dipilih sebagai sampel adalah mahasiswa sedang kos di Malang

### 3.3 Hipotesis

Hipotesis penelitian ini terdiri dari:

- H1: Sikap mengkonsumsi buah dan sayur berpengaruh positif terhadap niat mengkonsumsi buah dan sayur
- H2: Norma subyektif mengkonsumsi buah dan sayur berpengaruh positif terhadap niat mengkonsumsi buah dan sayur
- H3: Kendali perilaku konsumsi buah dan sayur berpengaruh positif terhadap niat mengkonsumsi buah dan sayur.
- H4: Niat mengkonsumsi buah dan sayur berpengaruh positif terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur
- H5: Kendali perilaku mengkonsumsi buah dan sayur berpengaruh positif terhadap perilaku mengkonsumsi buah dan sayur

### 3.4 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel

#### 3.4.1 Definisi Operasional

Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sikap mengkonsumsi buah dan sayur adalah ekspresi perasaan yang berasal dari dalam diri individu yang mencerminkan apakah seseorang setuju atau tidak setuju terhadap suatu obyek.



2. Norma subyektif pada konsumsi buah dan sayur adalah persepsi individu atas orang-orang yang penting bagi dirinya terhadap suatu objek.
3. Kendali perilaku mengkonsumsi buah dan sayur adalah persepsi kemudahan atau kesulitan untuk mengkonsumsi buah dan sayur.
4. Niat mengkonsumsi buah dan sayur adalah kesediaan individu untuk mengkonsumsi buah dan sayur.
5. Perilaku mengkonsumsi buah dan sayur adalah tindakan konsumsi buah dan sayur yang dilakukan oleh individu.

### 3.4.2 Pengukuran Variabel

Tabel 1. Pengukuran Variabel

Variabel	Indikator	Kode	Sumber	Pengukuran
Sikap mengkonsumsi buah dan sayur	Mengkonsumsi buah dan sayur merupakan keputusan yang baik bagi kesehatan	X1	Menozzi dan Mora (2012)	1: Sangat tidak setuju 2: Tidak setuju 3: Netral 4: Setuju 5: Sangat setuju
	Mengkonsumsi buah dan sayur merupakan pilihan yang baik bagi kesehatan	X2		
	Mengkonsumsi buah dan sayur merupakan hal yang menguntungkan bagi kesehatan	X3		
Norma subyektif konsumsi buah dan sayur	Orangtua mempengaruhi konsumsi buah dan sayur	X4	Menozzi dan Mora (2012)	1: Sangat tidak setuju 2: Tidak setuju 3: Netral 4: Setuju 5: Sangat setuju
	Teman mempengaruhi konsumsi sayur dan buah	X5		
	Informasi dari TV/buku/majalah mempengaruhi konsumsi buah dan sayur	X6		

Variabel	Indikator	Kode	Sumber	Pengukuran
Kendali perilaku konsumsi buah dan sayur	Memiliki kemampuan secara ekonomi untuk membeli buah dan sayur	X7	Brouwer dan Mosack, (2015)	1: Sangat tidak setuju
	Memiliki ketersediaan akses untuk membeli buah dan sayur	X8		2: Tidak setuju
	Mengkonsumsi buah dan sayur berada dalam kendali saya	X9		3: Netral
	Yakin bisa mengonsumsi buah dan sayur secara rutin	X10		4: Setuju
Niat mengonsumsi buah dan sayur	Seminggu terakhir berharap mengonsumsi buah dan sayur secara rutin	Y1	Bruijn, (2009)	5: Sangat setuju
	Seminggu terakhir berencana mengonsumsi buah dan sayur secara rutin	Y2		1: Sangat tidak setuju
	Seminggu terakhir tertarik untuk mengonsumsi buah dan sayur	Y3		2: Tidak setuju
Perilaku mengonsumsi buah dan sayur	Frekuensi konsumsi sayur dan buah seminggu terakhir (Hari dalam seminggu)	Y4	Sjorberg <i>et al</i> , (2008)	3: Netral
	Lebih memilih mengonsumsi buah dan sayur dibanding makanan cepat saji	Y5		4: Setuju
				5: Sangat setuju

## IV. METODE PENELITIAN

### 4.1 Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif eksplanatori. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa dengan aplikasi *Theory of Planned Behaviour* (TPB). Penelitian eksplanatori adalah penelitian bertujuan untuk menguji suatu teori atau hipotesis guna memperkuat atau bahkan menolak teori atau hipotesis hasil penelitian yang sudah ada sebelumnya. Penelitian eksplanatori bersifat mendasar dan bertujuan untuk memperoleh keterangan, informasi, data mengenai hal-hal yang belum diketahui. Selanjutnya dilakukan deskripsi variabel-variabel yang didapatkan dan dilanjutkan dengan mencari hubungan yang terdapat di antaranya.

### 4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di lingkungan Fakultas Pertanian Universitas Brawijaya Malang. Waktu penelitian dilakukan pada bulan April-Mei 2018. Penentuan lokasi didasarkan atas pertimbangan bahwa lokasi mudah dijangkau sehingga waktu penelitian lebih efisien. Penentuan lokasi penelitian didasarkan pada asumsi bahwa mahasiswa pertanian memahami mengenai manfaat konsumsi buah dan sayur.

### 4.3 Teknik Penentuan Sampel

Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Pertanian Universitas Brawijaya, Malang. Metode sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik non probabilitas dengan metode *purposive sampling*, yaitu teknik dalam penentuan sampel yang menggunakan pertimbangan tertentu dalam memilih sampel tersebut. Metode ini dipilih sebagai alternatif dari *simple random sampling* yang tidak memungkinkan untuk digunakan dikarenakan ketiadaan data mengenai karakteristik responden.

Mahasiswa angkatan tahun 2014-2017 dijadikan sebagai responden karena termasuk ke dalam kelompok usia dewasa muda (19-25 tahun). Sampel yang dipilih yaitu mahasiswa yang tinggal di kos. Hal ini dikarenakan mahasiswa yang kos

mengalami perubahan perilaku makan dibanding saat di tinggal bersama orang tua. Selain itu, mahasiswa yang sedang kos dinilai sudah dapat menentukan keputusan individu secara dalam mengkonsumsi buah dan sayur. Sekaran (2006) menyampaikan bahwa *rule of thumb* jumlah sampel penelitian sebanyak 30 – 500 adalah cukup bagi kebanyakan penelitian sosial yang dilakukan. Berdasarkan pendapat ini maka peneliti memilih 100 responden dari banyaknya populasi dalam penelitian ini.

#### 4.4 Pengumpulan Data

Data yang digunakan pada penelitian adalah data primer. Data primer adalah data yang secara langsung didapat peneliti dari objek penelitian atau responden penelitian. Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui teknik survey secara *online* dengan instrumen kuesioner. Data yang diperoleh dengan teknik kuesioner adalah karakteristik responden; sikap terhadap konsumsi buah dan sayur; norma subjektif terhadap konsumsi buah dan sayur; persepsi terhadap pengendalian perilaku dalam konsumsi buah dan sayur; niat konsumsi buah dan sayur; dan perilaku konsumsi buah dan sayur.

#### 4.5 Teknik Analisis Data

##### 4.5.1 Analisis Deskriptif

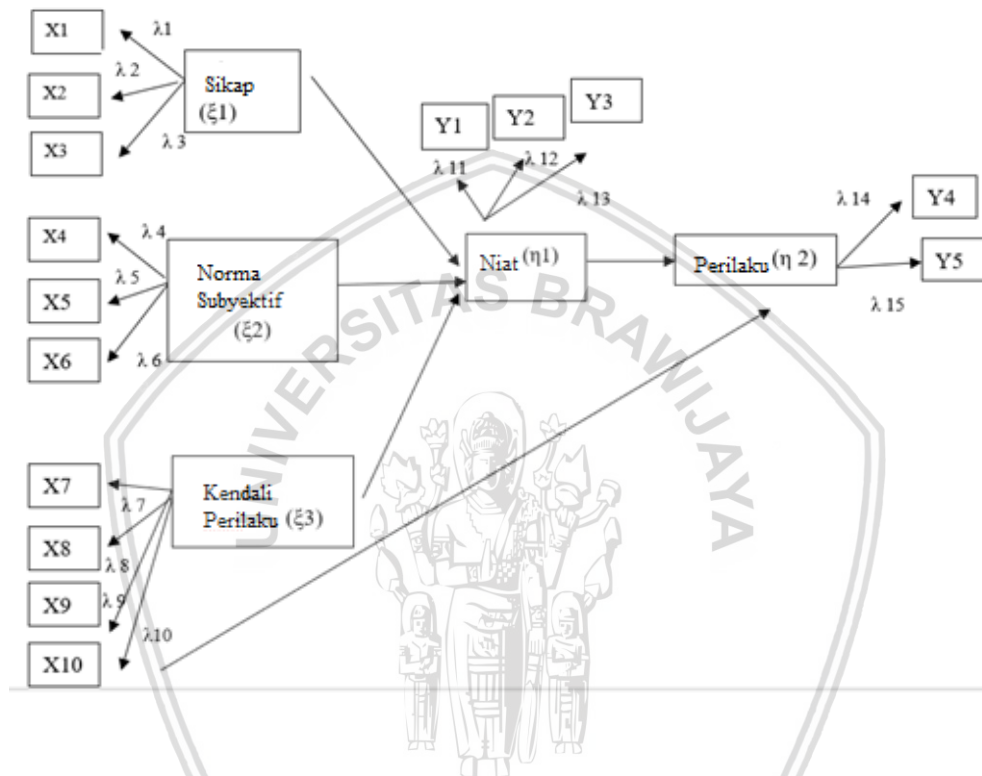
Salah satu alat analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Hasil analisis ini digunakan untuk menganalisis karakteristik umum responden penelitian. Analisis deskriptif juga digunakan dalam menginterpretasikan hasil analisis kuantitatif untuk menjawab tujuan penelitian.

##### 4.5.2 Analisis Kuantitatif

Metode analisis yang digunakan adalah *Structural Equation Modelling-Partial Least Square* (SEM-PLS) dengan *software* WarpPLS 5.0. *Structural Equation Modeling-Partial Least Square* (SEM-PLS) merupakan metode analisis yang *powerfull* karena dapat digunakan pada setiap skala data (nominal, ordinal, interval, dan rasio) serta syarat asumsi lebih fleksibel (Yamin & Kurniawan, 2011). Berikut merupakan tahapan dalam menganalisis data pada penelitian ini:

1. Membuat model penelitian dan persamaan model struktural (*outer model dan inner model*)

Tahapan pertama yang dilakukan adalah pembuatan model struktural dan model indikator. Model persamaan perilaku konsumsi buah dan sayur dengan aplikasi *Theory of Planned Behavior* (TPB) adalah sebagai berikut:



Gambar 3. Model Struktural dan Model Pengukuran

Selanjutnya diagram jalur dikonversi menjadi persamaan *inner model* dan *outer model*.

a. Persamaan Struktural (*inner model*)

$$\eta_1 = \lambda_1 \xi_1 + \lambda_2 \xi_2 + \lambda_3 \xi_3 + \delta_1 \dots \text{Persamaan (1)}$$

$$\eta_2 = \beta_1 \eta_1 + \delta_2 \dots \text{Persamaan (2)}$$

$$\eta_2 = \lambda_3 \xi_3 + \delta_2 \dots \text{Persamaan (3)}$$

Keterangan:

$\eta_1$  = Niat konsumsi buah dan sayur

$\eta_2$  = Perilaku konsumsi buah dan sayur

$\xi_1$  = Variabel sikap konsumsi buah dan sayur

$\xi_2$  = Variabel norma subyektif konsumsi buah dan sayur

$\xi_3$  = Variabel kendali perilaku konsumsi buah dan sayur

$\lambda_1$  = Koefisien variabel sikap konsumsi buah dan sayur

$\lambda_2$  = Koefisien variabel norma subyektif konsumsi buah dan sayur

$\lambda_3$  = Koefisien variabel kendali perilaku konsumsi buah dan sayur

$\beta_1$  = Koefisien variabel niat konsumsi buah dan sayur  
 $\delta_1, \delta_2$  = Galat Model

b. Persamaan Pengukuran (*outer model*)

Tabel 2. Persamaan Pengukuran (*outer model*)

Jenis Variabel	Konstruk	Persamaan Pengukuran
Variabel Eksogen	Sikap mengkonsumsi buah dan sayur	$x_1 = \lambda_1 \xi_1 + \delta_1$
		$x_2 = \lambda_2 \xi_1 + \delta_2$
		$x_3 = \lambda_3 \xi_1 + \delta_3$
	Norma subyektif konsumsi buah dan sayur	$x_4 = \lambda_4 \xi_2 + \delta_4$
		$x_5 = \lambda_5 \xi_2 + \delta_5$
		$x_6 = \lambda_6 \xi_2 + \delta_6$
	Kendali perilaku konsumsi buah dan sayur	$x_7 = \lambda_7 \xi_3 + \delta_7$
		$x_8 = \lambda_8 \xi_3 + \delta_8$
		$x_9 = \lambda_9 \xi_3 + \delta_9$
		$x_{10} = \lambda_{10} \xi_3 + \delta_{10}$
Variabel Endogen	Niat mengkonsumsi buah dan sayur	$y_1 = \lambda_{11} \eta_1 + \eta_1$
		$y_2 = \lambda_{12} \eta_1 + \eta_1$
		$y_3 = \lambda_{13} \eta_1 + \eta_1$
	Perilaku konsumsi buah dan sayur	$y_4 = \lambda_{14} \eta_2 + \eta_2$
		$y_5 = \lambda_{15} \eta_2 + \eta_2$

Keterangan :

$\xi_1$  = Sikap konsumsi buah dan sayur

$\xi_2$  = Norma subyektif konsumsi buah dan sayur

$\xi_3$  = Kendali perilaku konsumsi buah dan sayur

$\eta_1$  = Niat konsumsi buah dan sayur

$\eta_2$  = Perilaku konsumsi buah dan sayur

$x_1, x_2, x_3$  = Indikator variabel sikap konsumsi buah dan sayur

$x_4, x_5, x_6$  = Indikator variabel norma subyektif konsumsi buah dan sayur

$x_7, x_8, x_9, x_{10}$  = Indikator variabel kendali perilaku konsumsi buah dan sayur

$y_1, y_2, y_3$  = Indikator variabel niat konsumsi buah dan sayur

$y_4, y_5$  = Indikator variabel perilaku konsumsi buah dan sayur

$\lambda_1, \lambda_2, \lambda_3$  = Koefisien indikator variabel sikap konsumsi buah dan sayur

$\lambda_4, \lambda_5$  = Koefisien indikator variabel norma subyektif konsumsi buah dan sayur

$\lambda_6, \lambda_7, \lambda_8, \lambda_9, \lambda_{10}$  = Koefisien indikator variabel kendali perilaku mengkonsumsi buah dan sayur

$\lambda_{11}, \lambda_{12}, \lambda_{13}$  = Koefisien indikator variabel niat konsumsi buah dan sayur

$\lambda_{14}, \lambda_{15}$  = Koefisien variabel perilaku konsumsi buah dan sayur

$\delta$  = Galat dalam model variabel eksogen

$\epsilon$  = Galat dalam model variabel endogen

2. Evaluasi *Outer Model* (Model Pengukuran)

Outer Model yaitu model pengukuran yang menghubungkan indikator dengan variabel latennya (Vincenzo *et al*, 2010). Variabel laten merupakan variabel



yang tidak bisa diukur secara langsung, melainkan hanya bisa diukur secara tidak langsung melalui beberapa variabel indikator. Model ini menspesifikasi hubungan antar variabel laten dengan indikator-indikatornya. atau dapat dikatakan bahwa outer model mendefinisikan bagaimana setiap indikator berhubungan dengan variabel latennya. Model pengukuran dapat dilihat dengan menggunakan validitas.

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan bahwa variabel yang diukur memang benar-benar variabel yang hendak diteliti oleh peneliti (Cooper dan Schindler, 2006). Suatu variabel dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat. Terdapat dua jenis validitas dalam SEM, yaitu validitas konvergen dan validitas diskriminan. Validitas konvergen merupakan tingkat korelasi antara instrumen pengukuran yang berbeda yang digunakan untuk mengukur konstruk yang sama. Validitas Konvergen dilihat dari nilai *Average Variance Extracted* (AVE) dan nilai standar faktor loading. Nilai AVE dan nilai standar faktor loading minimal sebesar 0,5. Artinya, satu variabel laten mampu menjelaskan lebih dari setengah varian dari indikator – indikatornya dalam rata-rata.

Sedangkan validitas diskriminan merupakan takaran yang mengukur seberapa jauh sebuah ukuran berbeda dengan takaran yang lain yang dapat dibandingkan denganya. Validitas diskriminan ditunjukkan dengan korelasi antara alat ukur yang mengukur atribut berbeda, diharapkan tidak ekstrim dan lebih kecil dibanding dengan alat ukur yang mengukur atribut sama. Validitas diskriminan dapat dilihat dari nilai *Square root of AVE* yaitu dengan membandingkan nilai AVE dengan korelasi kuadrat antar konstruk.

### 3. Evaluasi *Inner Model* (Model Struktural)

Model struktural yaitu model struktural yang menghubungkan antar variabel laten. Uji pada model struktural dilakukan untuk menguji hubungan antara konstruk laten (Vincenzo *et al*, 2010). Evaluasi inner model dapat dilakukan dengan melihat nilai *R-square*, *average path coefficient* (APC), *average R-square* (ARS), *average variance inflation factor* (AVIF), *Full collinearity* VIF, VIF, dan *Q-square*. Evaluasi nilai signifikansi dihipotesiskan dengan nilai  $p < 0.10$ . Nilai *R-Square* digunakan untuk menunjukkan persentase variable endogen yang bias



dijelaskan dengan variabel eksogen. Semakin tinggi nilai *R-Square* mengartikan bahwa semakin baik model prediksi dari model diajukan.

Model fit dan *quality indices* menampilkan hasil tiga indikator fit, yaitu *average path coefficient* (APC), *average R-square* (ARS), dan *average variance inflation factor* (AVIF). Agar signifikan *P-value* pada AFC dan ARS harus  $<0.10$ . *Full collinearity* VIF merupakan hasil pengujian multikolineritas keseluruhan secara vertikal dan lateral. Agar model bebas dari masalah kolinieritas vertical, lateral, dan *common method bias* maka nilai VIF harus bernilai  $<3,3$ .

#### 4.6 Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis ( $\beta$ ,  $\lambda$ , dan  $\gamma$ ) dilakukan dengan metode *resampling* Bootstrap yang dikembangkan oleh Geisser dan Stone. Penerapan metode *resampling*, memungkinkan berlakunya data terdistribusi bebas (*distribution free*) tidak memerlukan asumsi distribusi normal, serta tidak memerlukan sampel yang besar (direkomendasikan sampel minimum 30).

1. Hipotesis statistik untuk *outer model* untuk pengaruh indikator terhadap variabel laten adalah

$$H_0 = \lambda_i = 0$$

$$H_1 = \lambda_i \neq 0$$

2. Hipotesis statistik untuk *inner model* untuk pengaruh variabel laten eksogen terhadap variabel laten endogen adalah

$$H_0 = \gamma_i = 0$$

$$H_1 = \gamma_i \neq 0$$

3. Hipotesis statistik untuk *inner model* untuk pengaruh variabel laten endogen terhadap variabel laten endogen adalah

$$H_0 = \beta_i = 0$$

$$H_1 = \beta_i \neq 0$$

Pengujian dilakukan dengan t-test, bilamana diperoleh  $p\text{-value} \leq 0.10$  (alpha 10 %), maka disimpulkan signifikan, dan sebaliknya. Bilamana hasil pengujian hipotesis pada outter model signifikan, hal ini menunjukkan bahwa indikator dipandang dapat digunakan sebagai instrumen pengukur variabel laten (Jaya dan Sumertajaya, 2008).

## V. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 5.1 Karakteristik Responden

#### 5.1.1 Profil Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Tabel 3. Persentase Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Laki-laki	42	42
Perempuan	58	58
Total	100	100

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa terdapat perbandingan responden laki-laki dan perempuan. Responden laki-laki berjumlah 42 orang. Responden perempuan berjumlah 58 orang.

#### 5.1.2 Profil Berdasarkan Usia Responden

Tabel 4. Persentase Jumlah Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
19 tahun	42	42
20 tahun	23	23
21 tahun	20	20
22 tahun	14	14
23 tahun	1	1
24 tahun	0	0
25 tahun	0	0
Total	100	100

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi responden dalam membuat keputusan dalam mengonsumsi buah dan sayur. usia 19-25 tahun termasuk ke dalam kelompok usia dewasa muda. Pada usia ini, responden dinilai telah cukup mandiri untuk menentukan keputusannya dalam mengonsumsi buah dan sayur. Berdasarkan data pada tabel 4 menunjukkan dapat diidentifikasi bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini berusia 19 tahun yaitu sebesar 42 %.

### 5.1.3 Profil Berdasarkan Program Studi Responden

Tabel 5. Persentase Jumlah Responden berdasarkan Program Studi

Program Studi	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Agribisnis	53	53
Agroekoteknologi	47	47
Total	100	100

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Responden yang dipilih dalam penelitian ini yaitu mahasiswa fakultas pertanian. Tabel 5 menyajikan perbandingan jumlah responden berdasarkan program studi. Berdasarkan tabel 5, mahasiswa Agribisnis yang menjadi responden adalah 53% dan Agroekoteknologi 47%.

### 5.1.4 Profil Berdasarkan Tahun Angkatan Responden

Tabel 6. Persentase Jumlah Responden berdasarkan Tahun Angkatan

Tahun Angkatan	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
2014	25	25
2015	20	20
2016	27	27
2017	28	28
Total	100	100

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Dalam penelitian ini, responden yang dipilih adalah mahasiswa fakultas pertanian angkatan 2014-2017. Tabel 6 menunjukkan perbandingan jumlah tiap angkatan yang menjadi responden. Jumlah responden berdasarkan angkatan adalah 2014 (25). 2015 (20). 2016 (27), dan 2017 (28).

### 5.1.5 Profil Berdasarkan Pekerjaan Orangtua Responden

Tabel 7. Persentase Jumlah Responden Berdasarkan Pekerjaan Orangtua

Pekerjaan	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Tidak bekerja	1	1
Pedagang	5	5
PNS	28	28
Buruh	1	1
Pegawai Swasta	26	26
Wiraswasta	28	28
Lainnya	11	11
Total	100	100

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Tabel 7 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan pekerjaan orangtua. Pekerjaan orangtua responden paling banyak adalah PNS dan wiraswasta yaitu sebesar 28%. Pekerjaan orangtua responden paling banyak selanjutnya adalah karyawan swasta yaitu sebesar 26%.

#### 5.1.4 Profil Berdasarkan Penghasilan Orangtua Responden

Tabel 8. Persentase Jumlah Responden Berdasarkan Penghasilan Orangtua

Penghasilan	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Rp. 1.000.000-3.000.000	42	42
Rp.3.000.001-5.000.000	33	33
Rp. 5.000.001-7.000.000	9	9
Rp. >7.000.001	16	16
Total	100	100

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Tabel 8 menyajikan profil responden berdasarkan penghasilan orangtua. Berdasarkan tingkat pendapatan orang tua, responden memiliki mayoritas tingkatan pendapatan rata-rata per bulan sekitar Rp 1.000.000 – 3.000.000.

#### 5.2.4 Profil Berdasarkan Uang Saku Bulanan Responden

Tabel 9. Persentase Jumlah Responden Berdasarkan Uang Saku Bulanan

Uang Saku	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Rp. 500.000-1.000.000	52	52
Rp. 1.000.001-1.500.000	35	35
Rp. 1.500.001-2.000.000	8	8
Rp. >2.000.001	5	5
Total	100	100

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Tabel 9. menyajikan persentase jumlah responden berdasarkan uang saku bulanan. Kebanyakan responden mendapatkan uang saku per bulan sebesar Rp. 500.000-1.000.000 (52%). Responden yang mendapatkan uang saku sebesar Rp. 1.000.001-1.500.000 sebanyak 35%. Responden yang mendapatkan uang saku sebesar Rp. 1.500.001-2.000.000 sebanyak 8%. Responden yang mendapatkan uang saku sebesar >Rp 2.000.001 sebanyak 5%.

## 5.2 Deskriptif Statistika

Tabel 10. Deskripsi Statistika

Variabel	Min	Max	Mean	Std. Deviasi
<b>Sikap</b>				
Mengkonsumsi buah dan sayur merupakan keputusan yang baik bagi kesehatan	1	5	4,66	0,75
Mengkonsumsi buah dan sayur merupakan pilihan yang baik bagi kesehatan	1	5	4,52	0,75
Mengkonsumsi buah dan sayur merupakan hal yang menguntungkan bagi kesehatan	1	5	4,61	0,76
<b>Norma Subjektif</b>				
Orangtua mempengaruhi konsumsi buah dan sayur	1	5	4,23	1
Teman mempengaruhi konsumsi sayur dan buah	1	5	3,38	1,03
Informasi dari TV/buku/majalah mempengaruhi konsumsi buah dan sayur	1	5	3,68	0,96
<b>Kendali Perilaku</b>				
Memiliki kemampuan secara ekonomi untuk membeli buah dan sayur	1	5	4,19	0,68
Memiliki ketersediaan akses untuk membeli buah dan sayur	1	5	4	0,80
Mengkonsumsi buah dan sayur berada dalam kendali saya	1	5	3,91	0,82
Yakin bisa mengonsumsi buah dan sayur secara rutin	1	5	3,3	0,94
<b>Niat</b>				
Seminggu terakhir berharap mengonsumsi buah dan sayur secara rutin	1	5	4,4	0,90
Seminggu terakhir berencana mengonsumsi buah dan sayur secara rutin	1	5	4,42	0,76
Seminggu terakhir tertarik untuk mengonsumsi buah dan sayur	1	5	4,45	0,86
<b>Perilaku</b>				
Frekuensi konsumsi sayur dan buah seminggu terakhir	1	5	3,74	0,69
Lebih memilih mengonsumsi buah dan sayur dibanding makanan cepat saji	1	5	3,89	0,71

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Statistika deskriptif dari setiap pengukuran disajikan pada tabel 10. Deskripsi statistika dibutuhkan karena mampu menggambarkan pemusatan nilai-nilai observasi sampel sehingga mempermudah pengamatan. Melalui perhitungan ini akan diperoleh gambaran mengenai sampel secara garis besar, sehingga dapat

mendekati kebenaran populasi. Deskriptif Statistika memberikan ringkasan sederhana mengenai nilai minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi untuk setiap pengukuran masing-masing indikator pada variabel yang diteliti. Nilai minimum dan maksimum menjelaskan tentang jawaban pada item pertanyaan didalam kuesioner. Nilai minimum 1 menunjukkan bahwa responden minimal memberikan nilai 1 (sangat tidak setuju) pada setiap pernyataan pada semua konstruk. Nilai 5 menunjukkan bahwa responden memberikan nilai maksimal 5 (sangat setuju) untuk setiap pernyataan pada semua konstruk.

Standar deviasi adalah nilai statistik yang digunakan untuk menentukan bagaimana sebaran data dalam sampel, dan seberapa dekat titik data individu ke mean – atau rata-rata – nilai sampel. Nilai standart deviasi menunjukkan suatu ukuran penyimpangan. Jika mempunyai nilai kecil maka data yang digunakan mengelompok disekitar nilai rata-rata. Apabila standart deviasi besarnya tidak melebihi rata-rata, hasil tersebut menunjukkan tidak terdapat outlier (Jogiyanto, 2009). Berdasarkan tabel diatas, pada semua konstruk nilai standar deviasinya tidak ada yang melebihi nilai mean atau rata-rata sehingga pada setiap konstruk menunjukkan tidak terdapat outlier.

Sikap konsumsi buah dan sayur diukur dengan menggunakan tiga indikator. Nilai rata-rata yang ditunjukkan adalah 4,52 hingga 4,66 pada lima poin skala *likert*. Hasil menunjukan bahwa sikap responden terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur adalah positif. Mengonsumsi buah dan sayur adalah keputusan yang baik, pilihan yang bijak, dan merupakan hal yang menguntungkan bagi responden.

Norma subyektif yang memiliki 3 indikator dengan lima poin skala likert mendapatkan hasil rata-rata antara 3,38 hingga 4,23. Nilai rata-rata yang dihasilkan mengindikasikan bahwa konsumsi buah dan sayur oleh responden mungkin dipengaruhi oleh keluarga, teman, dan informasi yang didapat dari TV/buku/majalah. Namun, berdasarkan nilai rata-rata keluarga yang paling mempengaruhi konsumsi buah dan sayur.

Empat item digunakan untuk mengukur persepsi kendali perilaku menggunakan lima poin skala *likert*. Skor rata-rata item berkisar antara 3,3 hingga 4,19. Skor rata-rata berada di sekitar netral hingga positif menunjukkan bahwa responden memiliki kendali untuk mengonsumsi buah dan sayur.



Niat konsumsi buah dan sayur diukur dengan tiga indikator. Nilai rata-rata yang diperoleh berkisar dari 4,4-4,45 dari 5 poin skala *likert* yang digunakan. Nilai tersebut menunjukkan bahwa responden memiliki niat yang positif untuk mengkonsumsi buah dan sayur. Responden berharap, berencana, dan berniat untuk mengkonsumsi buah dan sayur di masa yang akan datang.

Perilaku mengkonsumsi buah dan sayur diukur dengan menggunakan dua indikator. Indikator pertama yaitu frekuensi konsumsi buah dan sayur memiliki nilai rata-rata 3,74 dari 5 poin skala *likert*. Sehingga dapat diartikan frekuensi konsumsi buah dan sayur sedang. Sedangkan indikator kedua menunjukkan bahwa responden memiliki perilaku netral hingga positif karena lebih memilih mengkonsumsi buah dan sayur dibanding makanan cepat saji. Nilai rata-rata adalah 3,89 dari 5 poin skala *likert*.

### **5.3 Analisis Model Pengukuran *Equation Model* (SEM)**

#### **5.3.1 Evaluasi Model Pengukuran (Outer Model)**

Evaluasi model pengukuran atau outer model dengan konstruk berbentuk reflekti dalam PLS dapat dimulai dengan melihat nilai *Indicator Reliability*, *Internal Consistency Reliability*, *Convergent Validity* dan *Discriminant Validity*.

##### **a. *Indicator Reliability***

*Indicator reliability* digunakan untuk menguji konsistensi dari indikator yang digunakan dalam penelitian. Berdasarkan *Rule off thumb* nilai faktor *loading* yaitu harus lebih besar dari 0.7 dan nilai *p-value* harus kurang dari 0.1.

Tabel 11. *Combined Loadings and Cross Loadings*

	Sikap	Norma Subyektif	Kendali Perilaku	Niat	Perilaku	P Value
x1	<b>(0.952)</b>	0.008	-0.032	0.070	-0.062	<0.001
x2	<b>(0.928)</b>	-0.057	-0.011	0.042	0.005	<0.001
x3	<b>(0.919)</b>	0.049	0.044	-0.115	0.059	<0.001
x4	0.071	<b>(0.785)</b>	0.061	0.221	-0.264	<0.001
x5	0.036	<b>(0.831)</b>	-0.131	-0.153	0.067	<0.001
x6	-0.111	<b>(0.778)</b>	0.078	-0.060	0.195	<0.001
x7	0.015	-0.002	<b>(0.793)</b>	0.180	-0.375	<0.001
x8	0.197	-0.135	<b>(0.780)</b>	-0.244	0.026	<0.001
x9	0.007	0.051	<b>(0.901)</b>	-0.158	0.038	<0.001
x10	-0.255	0.089	<b>(0.776)</b>	0.281	0.360	<0.001
y1	-0.010	-0.091	0.034	<b>(0.885)</b>	-0.007	<0.001
y2	0.081	0.063	-0.027	<b>(0.932)</b>	0.024	<0.001
y3	-0.069	0.023	-0.006	<b>(0.956)</b>	-0.017	<0.001
y4	0.188	-0.054	-0.100	-0.330	<b>(0.741)</b>	<0.001
y5	-0.188	0.054	0.100	0.330	<b>(0.741)</b>	<0.001

Sumber; Data Primer Diolah (2018)

Nilai faktor *loading* yang ditunjukkan pada tabel 11 mempunyai nilai .0,7 yaitu berkisar antara 0,71 sampai dengan 0,95. Nilai *P Value* yang diperoleh adalah <0,001 dan memenuhi persyaratan nilai *p value* < 0,1. Sehingga, berdasarkan nilai yang didapat semua indikator dikatakan cocok atau sesuai untuk mengukur setiap konstruk variabel.

#### **b. Internal Consistency Reliability**

*Internal consistency reliability* digunakan untuk mengukur konsistensi dari variabel yang digunakan dalam penelitian. Dalam *rule of thumb*, *composite reliability* biasanya digunakan untuk menilai reliabilitas konstruk dan memiliki syarat yaitu memiliki nilai >0.7. Selain melihat nilai *composite reliability*, dapat juga melihat nilai *cronbach's alpha* dengan kriteria >0.6. *Cronbach alpha* digunakan untuk mengukur batas bawah nilai reliabilitas suatu konstruk sedangkan *composite reliability* digunakan untuk mengukur nilai sesungguhnya reliabilitas suatu konstruk.

Tabel 12. *Internal Consistency Reliability*

Konstruk	Reliabilitas Komposit	<i>Cronbach's <math>\alpha \geq 0.6</math></i>
Sikap	0.953	0.925
Norma Subjektif	0.841	0.715
Kendali Perilaku	0.869	0.796
Niat	0.947	0.915
Perilaku	0.709	0,718

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Berdasarkan tabel 12, nilai *composite reliability* pada semua konstruk lebih besar dari 0.7, sehingga indikator yang telah ditetapkan telah mampu mengukur setiap variabel laten (konstruk) dengan baik atau dapat dikatakan bahwa model pengukuran telah reliabel. Setiap masing-masing indikator mampu mengukur konsistensi dari variabel yang digunakan. Nilai *cronbach's alpha* pada tabel 12 menunjukkan bahwa setiap variabel sudah memiliki nilai lebih dari 0,7. Nilai yang dihasilkan menunjukkan bahwa semua konstruk secara internal konsisten dapat diandalkan.

### c. *Convergent validity*

Convergent validity digunakan untuk mengukur ketepatan dari variabel yang digunakan dalam penelitian memiliki syarat rule of thumb yang biasanya digunakan yaitu AVE harus lebih besar dari 0.5.

Tabel 13. *Average Variance Extracted (AVE)*

Konstruk	AVE
Sikap	0.870
Norma subyektif	0.638
Kendali perilaku	0.626
Niat	0,855
Perilaku	0.549

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Berdasarkan tabel 13, nilai *Average Variance Extracted (AVE)* dari semua variabel laten (konstruk) memiliki nilai  $>0.5$  Data tersebut menunjukkan nilai AVE setiap konstruk sudah lebih besar dari 0.5 atau lebih besar dari 50%. Nilai tersebut menunjukkan bahwa indikator memiliki rata-rata tingkat eror yang lebih rendah sehingga ukuran convergent validity sudah baik atau dikatakan telah memenuhi kriteria *convergent validity* (Chin, 2012).

#### d. Discriminant validity

*Discriminant validity* digunakan untuk membandingkan akar kuadrat dari AVE untuk setiap konstruk dengan nilai kolerasi antar konstruk. Model memiliki validitas diskriminan yang cukup jika akar AVE untuk setiap konstruk lebih besar daripada korelasi antara konstruk dengan konstruk lainnya dalam model.

Tabel 14. Akar Kuadrat *Average Variance Extracted* (AVE)

	Sikap	Norma Subyektif	Kendali Perilaku	Niat	Perilaku
Sikap	<b>(0.933)</b>	0.413	0.533	0.713	0.310
Norma Subyektif	0.413	<b>(0.798)</b>	0.395	0.402	0.257
Kendali Perilaku	0.533	0.395	<b>(0.791)</b>	0.511	0.445
Niat	0.713	0.402	0.511	<b>(0.925)</b>	0.359
Perilaku	0.310	0.257	0.445	0.359	<b>(0.741)</b>

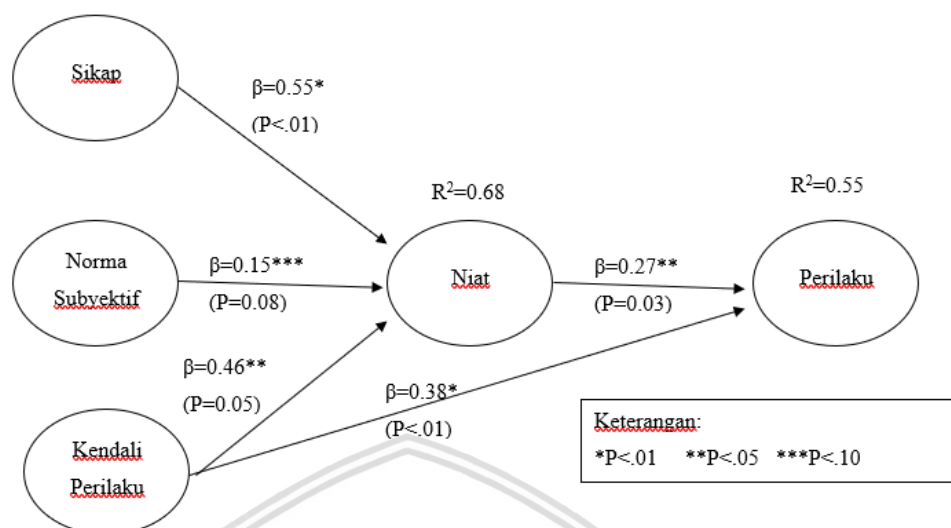
Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Berdasarkan tabel 14, akar kuadrat AVE yang ditunjukkan pada kolom diagonal yang diberi tanda kurang dan bercetak tebal lebih besar dari korelasi antar konstruk laten pada kolom yang sama. Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel sikap, norma subyektif, kendali perilaku, niat, dan perilaku memiliki nilai akar kuadrat yang lebih tinggi dari nilai korelasi dengan variabel lainnya. Jika model memiliki nilai akar kuadrat AVE lebih besar dari nilai korelasi antar konstruk maka dikatakan memiliki validitas diskriminan yang baik (Chin, 2012).

#### 5.3.2 Evaluasi Model Struktural (Inner Model)

Evaluasi model struktural (inner model) digunakan untuk melihat bagaimana hubungan antara konstruk laten dengan hasil estimasi koefisien parameter jalur dan tingkat signifikansinya. Evaluasi model struktural ini melihat nilai *path coefficients* and *p-value*, *R square*, *Full Collinearity VIF*, *Effect size* and *Goodness of fit* (Gof).

### a. Path Coefficients and P-value



Gambar 4. Jalur Penelitian Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur  
Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Variabel dikatakan signifikan jika memiliki nilai *P value* kurang dari 0.1 (taraf signifikansi 10%). Berdasarkan skema jalur penelitian, sikap, norma subyektif, dan kendali perilaku memiliki pengaruh yang signifikan dan positif terhadap niat. Berdasarkan nilai koefisien  $\beta$  pada skema jalur penelitian, menunjukkan bahwa sikap merupakan prediktor pertama niat diikuti kendali perilaku dan yang terakhir norma subyektif. Sedangkan niat dan kendali perilaku merupakan prediktor langsung yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur. Berdasarkan nilai koefisien  $\beta$  pada skema jalur penelitian, menunjukkan bahwa kendali perilaku merupakan prediktor utama perilaku diikuti oleh niat sebagai prediktor langsung kedua.

### b. R-Square

Nilai *R-Square* digunakan untuk mengukur tingkat variasi perubahan variabel independent terhadap variasi dependen. Semakin tinggi nilai *R-Square* berarti semakin baik model prediksi dari model penelitian yang diajukan. Kategori nilai *R-square* dikatakan masuk dalam model kuat karena nilai *R-square*  $>0.67$  menunjukkan model kuat,  $>0.45$  menunjukkan model moderat dan  $>0.19$  menunjukkan model lemah (Kock dan Lynn 2012). Nilai *R-Square* niat sebesar 0,63 menunjukkan model kuat dapat diinterpretasikan bahwa variabel konstruk niat dapat dijelaskan oleh variabel konstruk sikap, norma subyektif, dan kendali perilaku

sebesar 62,7%. Sedangkan sisanya 37,3% dijelaskan oleh variabel lain diluar yang diteliti. Nilai *R-Square* perilaku sebesar 0,549 menunjukkan model kuat dapat diinterpretasikan bahwa variabel konstruk perilaku dapat dijelaskan oleh variabel konstruk niat dan kendali perilaku sebesar 54,9%. Sedangkan sisanya 45,1% dijelaskan oleh variabel lain diluar yang diteliti.

### c. *Q-square*

*Q-square* mempresentasi pengukuran bagaimana nilai *observed* dibangun dari model dan estimasi parameter. Nilai *Q-square* pada penelitian yaitu sebesar 0.638 dan 0.552 yang menunjukkan kedua nilai tersebut lebih besar dari 0 sehingga model mempunyai *predictive relevance*. Nilai *Q-square* sebesar 0.638 menjelaskan bahwa variabel laten yang digunakan dalam model memiliki relevansi prediksi yang baik yaitu sebesar 63.8%. Begitu untuk nilai *Q-square* sebesar 0.552 menjelaskan bahwa variabel perilaku yang dipengaruhi oleh variabel laten lainnya yang digunakan dalam model memiliki relevansi prediksi yang baik yaitu sebesar 55.2%.

### d. *Full Collinearity VIF*

Cara umum yang digunakan untuk mengukur kolinearitas disetiap konstruk yaitu dengan melihat nilai VIF (*Variance Inflation Factor*). Dua atau lebih variabel disebut kolinier jika mengukur atribut yang sama dari sebuah objek. Hasil nilai *Full Collinearity VIF* setiap konstruk disajikan dalam tabel 15.

Tabel 15. *Full Collinearity VIF*

Konstruk	<i>Full Collinearity VIF</i>
Sikap	2.253
Norma Subyektif	1.296
Kendali Perilaku	1.680
Niat	2.215
Perilaku	1.289

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

Kock dan Lynn (2012) membuat batasan simulasi nilai VIF untuk model SEM-PLS. Sebagai temuannya, mereka merekomendasikan penggunaan nilai 3,3 sebagai batasan kolinearitas. Berdasarkan tabel 15 menunjukkan bahwa tidak ada



konstruk yang memiliki nilai *Full Collinearity* VIF. Sehingga, nilai tersebut menunjukkan bahwa setiap variabel bebas dari masalah kolinearitas.

#### e. *Effect size*

*Effect size* digunakan untuk mengetahui besarnya proporsi variance variabel eksogen tertentu terhadap variabel endogen dalam perhitungan *R-square*. Hasil nilai *Effect Size* setiap konstruk disajikan dalam tabel 16.

Tabel 16. *Effect Size*

Konstruk	Niat	Perilaku
Sikap	0.396	
Norma Subyektif	0.060	
Kendali perilaku	0.193	0.260
Niat		0.163

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

*Rule of thumb* memiliki beberapa kriteria nilai *effect size* yang digunakan yaitu  $\geq 0.02$  menunjukkan model lemah,  $\geq 0.15$  menunjukkan model moderat dan  $\geq 0.35$  menunjukkan model kuat. Nilai *effect size* ( $f^2$ ) pada konstruk sikap sebesar  $0.396 \geq 0.35$ , menunjukkan variabel laten sikap memiliki pengaruh kuat pada level struktural terhadap variabel niat. Nilai *effect size* ( $f^2$ ) pada konstruk norma subyektif sebesar  $0.060 \geq 0.02$ , menunjukkan variabel laten norma subyektif memiliki pengaruh lemah pada level struktural terhadap variabel niat. Nilai *effect size* ( $f^2$ ) pada konstruk kendali perilaku sebesar  $0.193 \geq 0.15$ , menunjukkan variabel laten kendali perilaku memiliki pengaruh moderat (sedang) pada level struktural terhadap variabel niat. Nilai *effect size* ( $f^2$ ) pada konstruk kendali perilaku sebesar  $0.260 \geq 0.15$ , menunjukkan variabel laten kendali perilaku memiliki pengaruh moderat pada level struktural terhadap variabel perilaku. Nilai *effect size* ( $f^2$ ) pada konstruk niat sebesar  $0.163 \geq 0.15$ , menunjukkan variabel laten niat memiliki pengaruh moderat pada level struktural terhadap variabel perilaku.

#### f. *Goodness of Fit (GoF)*

*Goodness of Fit* (GoF) merupakan indeks dan ukuran kelayakan hubungan antar variabel laten. Terdapat 10 nilai ukuran fit model yang terdapat pada tabel 17.

Tabel 17. *Goodness of Fit* (GoF)

Ukuran	Hasil
Average path coefficient (APC)	0.357, $P < 0.001$
Average R-squared (ARS)	0.588, $P < 0.001$
Average adjusted R-squared (AARS)	0.571, $P < 0.001$
Average block VIF (AVIF)	1.593
Average full collinearity VIF (AFVIF)	1.747
Tenenhaus GoF (GoF)	0.523
Sympson's paradox ratio (SPR)	1.000
R-squared contribution ratio (RSCR)	1.000
Statistical suppression ratio (SSR)	1.000
(NLBCDR)	1.000

Sumber: Data Primer Diolah (2018)

APC digunakan untuk mengukur rata-rata nilai *path koefisien*, ARS digunakan untuk mengukur rata-rata *R-square* nilai dan AARS digunakan untuk mengukur rata-rata nilai *Adjusted R-square* yang dihasilkan dalam model. Berdasarkan pada tabel 17 menunjukkan bahwa nilai *p-value* APC, ARS dan AARS sebesar  $p < 0.001$ , nilai *cut-off p-value* untuk APC, ARS dan AARS yang direkomendasikan sebagai indikator model fit adalah  $< 0.10$  dengan level signifikansi yang digunakan adalah 10% (Kock, 2012). Penjelasan tersebut menunjukkan bahwa nilai *p-value* dari APC, ARS dan AARS sebesar  $p < 0.001$  telah memenuhi persyaratan model fit.

*Average block VIF* (AVIF) dan *Average full collinearity VIF* (AFVIF) merupakan dua ukuran fit model yang digunakan untuk menguji masalah *collinearity* didalam model PLS. Tabel 11 menunjukkan bahwa nilai AVIF sebesar 1.593 dan nilai AFVIF sebesar 1.547. Nilai yang diperoleh menunjukkan *Average block VIF* (AVIF) dan *Average full collinearity VIF* (AFVIF)  $< 3.3$  sehingga tidak terjadi multikolinearitas.

Menurut Tenenhaus *et al* (2005), menyatakan bahwa ukuran GoF model SEM PLS digunakan sebagai solusi untuk menunjukkan validitas model. GoF memiliki *rule of thumb* yaitu  $\geq 0.10$  kecil,  $\geq 0.25$  menengah dan  $\geq 0.36$  besar. Berdasarkan tabel 17, nilai GoF sebesar 0.523 yang termasuk ke dalam kategori nilai besar. Nilai tersebut memiliki arti bahwa nilai GoF  $0.523 \geq 0.36$  termasuk besar artinya model memiliki kemampuan yang tinggi dalam menjelaskan data

empiris sehingga secara keseluruhan dapat dikatakan model yang terbentuk adalah valid.

SPR merupakan *simpson's paradox* yaitu suatu ukuran indeks yang mengindikasikan masalah kualitas. SPR mempunyai kriteria nilai indeks harus sama dengan 1 yang berarti tidak ada masalah pada *simpson's paradox* (Pearl, 2009). Pada tabel 17 menunjukkan nilai SPR sebesar 1.000 sehingga dapat dikatakan ideal dan model bebas dari *simpson's paradox*. RSCR merupakan indeks untuk mengukur perluasan, nilai RSCR pada tabel 10 menunjukkan nilai sebesar 1.000 yang berarti tidak ada kontribusi *R-square* negatif didalam sebuah model. RSCR dan SPR memiliki indeks nilai yang sama, dimana indeks nilai sama dengan 1 berarti tidak ada kontribusi *R-square* negatif didalam sebuah model.

SSR merupakan indeks untuk mengukur perluasan yang mana sebuah model bebas dari masalah statistik suppression efek, sedangkan NLBCDR merupakan indeks untuk mengukur perluasan yang mana koefisien non-linier bivariate dari hubungan yang didukung untuk hipotesis dari hubungan kasual didalam model. Kriteria penilai SSR dan NLBCDR harus  $> 0.7$  (Hair *et al.*, 2010). Berdasarkan tabel 17, nilai SSR dan NLBCDR sebesar 1.000 sehingga telah memenuhi persyaratan tersebut dan model bebas dari statistik suppression. Penelitian ini memiliki *Goodness of Fit* (GoF) yang baik, karena semua variabel telah memenuhi *rule of thumb*.

#### 5.4 Pengujian Hipotesis

Penelitian yang telah dilakukan menggunakan hipotesis untuk melihat nilai dari masing-masing hipotesis yang digunakan dalam penelitian. Pengujian hipotesis dalam aplikasi WarpPLS 5.0 dengan melihat nilai signifikansi *P-value* untuk mengetahui pengaruh antar variabel berdasarkan hipotesis yang dibangun melalui prosedur resampling. Nilai signifikan yang digunakan yaitu dengan nilai *P-value*  $< 0.10$  atau 10%. Pada tabel 18 menunjukkan nilai koefisien jalur, *P-value* dan hasil hipotesis berdasarkan hasil analisis data penelitian.

Tabel 18. Pengujian Hipotesis

Hipotesis	Koefisien	P-Value	Keterangan
H1: Sikap → niat konsumsi buah dan sayur	0.551*	$p < 0.01$	Diterima
H2: Norma subyektif → niat konsumsi buah dan sayur	0.147***	$p = 0.081$	Diterima
H3: Kendali perilaku → niat konsumsi buah dan sayur	0.457**	$p = 0.052$	Diterima
H4: Niat → perilaku konsumsi buah dan sayur	0.275*	$p < 0.01$	Diterima
H5: Kendali perilaku → perilaku konsumsi buah dan sayur	0.358**	$p = 0.035$	Diterima

Keterangan: \* $P < .01$  \*\* $P < .05$  \*\*\* $P < .10$

Sumber: Data Primer Diolah(2018)

#### 1. Pengaruh Sikap terhadap Niat

Hipotesis 1 menyatakan bahwa konstruk sikap berpengaruh positif terhadap niat dalam mengkonsumsi buah dan sayur. Berdasarkan tabel 18 bahwa nilai P. Value dari konstruk sikap terhadap niat konsumsi buah dan sayur adalah sebesar  $P < 0.001$  menunjukkan bahwa sikap berpengaruh positif terhadap minat dalam konsumsi buah dan sayur. Nilai koefisien jalur sikap adalah  $\beta = 0.551$ , dapat diinterpretasikan bahwa bahwa satu peningkatan standar deviasi dalam sikap dikaitkan dengan peningkatan niat standar deviasi 0.551. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis 1 diterima. Sehingga, sikap berpengaruh positif terhadap niat dalam mengkonsumsi buah dan sayur.

#### 2. Pengaruh Norma Subjektif terhadap Niat Konsumsi Buah dan Sayur

Hipotesis 2 menyatakan bahwa konstruk norma subjektif berpengaruh positif terhadap niat dalam mengkonsumsi buah dan sayur. Dari tabel dapat dilihat bahwa nilai statistik P. Value dari konstruk norma subjektif terhadap niat konsumsi buah dan sayur adalah sebesar 0.081, menunjukkan bahwa norma subjektif berpengaruh positif terhadap niat konsumsi buah dan sayur. Nilai koefisien jalur norma subyektif adalah  $\beta = 0.147$ , dapat diinterpretasikan bahwa bahwa satu peningkatan standar deviasi dalam norma subyektif dikaitkan dengan peningkatan standar deviasi dalam niat sebesar 0.147. Berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis 2

diterima. Sehingga, norma subjektif berpengaruh positif terhadap niat dalam mengkonsumsi buah dan sayur.

### 3. Pengaruh Kendali Perilaku terhadap Niat Konsumsi Buah dan Sayur

Hipotesis 3 menyatakan bahwa kontrol perilaku berpengaruh positif terhadap niat konsumsi buah dan sayur. Dari tabel dapat dilihat bahwa nilai P. Value dari konstruk kontrol perilaku terhadap niat konsumsi buah dan sayur adalah sebesar 0,052, menunjukkan bahwa kendali perilaku berpengaruh positif terhadap niat konsumsi buah dan sayur. Nilai koefisien jalur kendali perilaku adalah  $\beta=0.457$ , dapat diinterpretasikan bahwa bahwa satu peningkatan standar deviasi dalam kendali perilaku dikaitkan dengan peningkatan standar deviasi dalam niat sebesar 0.457. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis 3 diterima. Sehingga, kontrol perilaku berpengaruh positif terhadap niat konsumsi buah dan sayur.

### 4. Pengaruh Niat terhadap Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur

Hipotesis 4 menyatakan bahwa niat berpengaruh positif terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Dari tabel dapat dilihat bahwa nilai P. Value dari konstruk niat terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur adalah sebesar 0.035, menunjukkan bahwa niat berpengaruh positif terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Nilai koefisien jalur kendali perilaku adalah  $\beta=0.358$ , dapat diinterpretasikan bahwa bahwa satu peningkatan standar deviasi dalam kendali perilaku dikaitkan dengan peningkatan standar deviasi dalam perilaku sebesar 0.358. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis 4 diterima. Sehingga, niat berpengaruh positif terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

### 5. Pengaruh Kendali Perilaku terhadap Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur

Hipotesis 5 menyatakan bahwa kendali perilaku berpengaruh positif terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Dari tabel dapat dilihat bahwa nilai P. Value dari konstruk kontrol perilaku terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur adalah sebesar  $P<0.001$ , menunjukkan bahwa kontrol perilaku berpengaruh positif terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Nilai koefisien jalur kendali niat adalah  $\beta=0.275$ , dapat diinterpretasikan bahwa bahwa satu peningkatan standar deviasi dalam niat dikaitkan dengan



peningkatan standar deviasi dalam perilaku sebesar 0.275. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis 5 diterima. Sehingga, bahwa kendali perilaku berpengaruh positif terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

## **5.5 Pembahasan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur dengan Aplikasi *Theory of Planned Behavior***

### **5.5.1 Sikap terhadap niat konsumsi buah dan sayur**

Sikap merupakan evaluasi seseorang terhadap baik atau tidaknya suatu perilaku. Model *Theory of Planned Behavior* menjelaskan bahwa sikap berpengaruh langsung terhadap niat perilaku. Sebagai model sumatif, teori pembentukan sikap ini menyatakan bahwa sikap individu ditentukan oleh serangkaian keyakinan yang dipegangnya tentang hasil dari perilaku yang dilakukan (Fishbein dan Ajzen, 2010). Seseorang harus memiliki keyakinan bahwa perilaku yang dilakukannya akan memberikan keuntungan. Sikap konsumen berupa evaluasi atau penilaian positif pada keyakinan bahwa mengkonsumsi buah dan sayur merupakan keputusan yang baik, pilihan bijak dan bermanfaat bagi kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian sikap ternyata menjadi penentu langsung utama niat konsumsi buah dan sayur. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara sikap terhadap niat konsumsi buah dan sayur ( $p < 0.001$ ). Artinya, semakin tinggi sikap untuk mengkonsumsi buah dan sayur semakin tinggi pula niat untuk mengkonsumsi buah dan sayur.

Beberapa penelitian telah menemukan sikap merupakan prediktor signifikan dari niat terhadap konsumsi buah dan sayuran (Murnaghan *et al*, 2010; Prelip *et al*, 2011). Sebuah studi pada siswa berusia 12-16 tahun dari sekolah pedesaan dan perkotaan menemukan sikap merupakan prediktor besar niat konsumsi buah dan sayuran (Murnaghan *et al*, 2010). Penemuan Prelip *et al* (2011) menyatakan bahwa sikap hanya berpengaruh signifikan pada niat tetapi tidak berpengaruh langsung terhadap perilaku. Niat menjadi penghubung antara sikap dan perilaku. Dengan kata lain, semakin tinggi sikap maka semakin tinggi niat yang



muncul tetapi belum tentu tingkat perilaku yang ditunjukkan semakin tinggi. Temuan tersebut sesuai dengan hasil pada penelitian yang sedang dilakukan.

### 5.5.2 Norma subjektif terhadap niat konsumsi buah dan sayur

Prediktor langsung ketiga niat konsumsi buah dan sayur adalah norma subjektif. Menurut Baron dan Byrne (2005) menyatakan norma subjektif adalah persepsi individu tentang apakah orang lain akan mendukung atau tidak terwujudnya tindakan tersebut. Norma subjektif sebagai faktor sosial yang menunjukkan tekanan sosial yang dirasakan untuk melakukan atau tidak melakukan perilaku tertentu. Hal ini berarti orang-orang penting di sekitar responden dan orang-orang yang berpengaruh terhadap responden memiliki pengaruh yang positif dalam pengambilan keputusan konsumsi buah dan sayur oleh mahasiswa. Responden akan memiliki niat atau motivasi yang kuat untuk mengonsumsi buah dan sayur jika lingkungan sosialnya menyarankan untuk mengonsumsi buah dan sayur atau konsumen melihat lingkungan sosial tersebut mengonsumsi buah dan sayur.

Pada penelitian ini, norma subjektif berpengaruh signifikan dan berada di urutan terakhir dalam mempengaruhi niat. Ini sejalan dengan Blanchard *et al.* (2009), yang melaporkan sedikit pengaruh tekanan sosial yang dirasakan pada mahasiswa untuk mengonsumsi lima porsi buah dan sayur per hari. Temuan ini tidak mengherankan karena bukti telah diberikan bahwa secara umum norma subjektif adalah komponen TPB yang paling lemah terkait dengan niat (Armitage & Conner, 2010).

Saran orangtua memiliki dampak yang paling besar dalam konsumsi buah dan sayur jika dibandingkan dengan pengaruh teman dan informasi dari TV/majalah. Studi lain telah melaporkan bahwa pengaruh orang tua adalah prediktor kuat dari niat untuk konsumsi buah dan sayur yang sebenarnya (Menozzi *et al.*, 2015; Deliens *et al.*, 2013; Ha dan Caine, 2009). Papadaki *et al.* (2017) menemukan bahwa siswa yang tinggal jauh dari rumah keluarga mengalami penurunan konsumsi mingguan mereka dari buah segar, dan sayuran mentah maupun olahan. Penelitian Bagorodo (2013) menemukan bahwa sejak memulai perkuliahan, siswa yang tinggal jauh dari rumah(kos) telah membuat perubahan yang tidak menguntungkan dalam asupan buah dan sayuran dibandingkan dengan siswa yang tinggal di rumah. Temuan ini menegaskan pentingnya lingkungan

keluarga dalam membentuk kebiasaan makan. Selain itu, diduga bahwa kurangnya pengalaman dalam merencanakan makanan atau kurangnya minat pada makanan menjadi penyebab penurunan konsumsi buah dan sayur.

### **5.5.3 Kendali perilaku terhadap niat konsumsi buah dan sayur**

Persepsi kendali perilaku merupakan prediktor langsung kedua terhadap niat konsumsi buah dan sayur. Hasil analisis data menunjukkan bahwa kendali perilaku memiliki pengaruh signifikan dan positif terhadap niat konsumsi buah dan sayur rendah. Artinya, responden rela mengkonsumsi buah dan sayur saat mereka merasakan kendali. Sebaliknya, responden tidak berniat mengkonsumsi buah dan sayur jika mereka merasa kekurangan kendali.

Murnaghan *et al* (2010), yang mempelajari konsumsi buah dan sayuran pada remaja, menemukan kendali perilaku yang dapat digunakan untuk memprediksi niat konsumsi buah dan sayuran. Secara khusus, kendali perilaku memiliki pengaruh cukup besar pada niat untuk mengkonsumsi buah dan sayuran yang sebenarnya. Guillaumi *et al* (2010) mendukung temuan ini juga. Mereka menemukan bahwa kendali perilaku dapat memprediksi niat dalam mengkonsumsi buah dan sayur.

### **5.5.4 Kendali perilaku terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur**

Persepsi kendali perilaku merupakan prediktor langsung terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Hasil analisis data menunjukkan bahwa kendali perilaku memiliki pengaruh signifikan dan positif terhadap perilaku. Artinya, responden rela mengkonsumsi buah dan sayur saat mereka merasakan kendali. Tetapi, berdasarkan penemuan yang dilakukan di lapang menunjukkan bahwa meskipun responden memiliki kendali perilaku dalam mengkonsumsi buah dan sayur namun tingkat konsumsi buah dan sayur masih belum sesuai anjuran. Belum semua responden mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari.

Bertentangan dengan harapan, kendali perilaku yang dirasakan tidak dapat memprediksi pengaruh perilaku konsumsi buah dan sayuran. Meskipun responden memiliki kendali untuk membeli buah dan sayur namun tingkat konsumsi masih berada dalam tingkat sedang (3-6 kali dalam seminggu). Serupa dengan hasil dari studi perilaku konsumsi pada orang dewasa muda Australia (Kothe *et al*, 2014; Mullan *et all*, 2014). Ia berpendapat bahwa meskipun kendali perilaku yang

dirasakan dapat memprediksi niat untuk mengonsumsi buah dan sayuran, namun tidak berdampak langsung pada orang dewasa muda. Pengaruh kendali perilaku yang dirasakan pada perilaku yang terpisah dari niat sering diartikan sebagai kurangnya kendali yang sebenarnya atas perilaku. Efek ini dapat dihitung oleh tingkat aktual kontrol aktual yang sebenarnya atas buah dan sayuran (Ajzen, 2005).

Studi lain menunjukkan bahwa meskipun kendali perilaku memiliki pengaruh yang positif terhadap perilaku namun konsumsi buah dan sayur masih rendah. Kesehatan adalah nilai penting dalam pemilihan makanan konsumen, namun pilihan makanan yang sebenarnya seringkali tidak mencerminkan kepentingan ini (Gallagher dan Updegreff, 2012). Memiliki tanggung jawab atas keputusan untuk belanja makanan dan persiapan (memasak makanan) dapat menyebabkan kebiasaan diet yang tidak sehat di kalangan mahasiswa yang tinggal jauh dari rumah (Bagodo *et al*, 2013). Jadwal mahasiswa yang padat diduga menjadi salah satu penyebab rendahnya konsumsi buah dan sayur (Houben dan Janson, 2011). Selain itu pilihan variasi buah dan sayur yang ditawarkan di lingkungan sekitar mahasiswa dapat menjelaskan alasan rendahnya konsumsi buah dan sayur (Mariana *et al*, 2018).

#### **5.5.5 Niat terhadap konsumsi buah dan sayur**

Berdasarkan *Theory of Planned Behaviour* niat merupakan prediktor langsung perilaku. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima atau terbukti bahwa niat berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Semakin tinggi niat seseorang untuk melakukan perilaku, akan semakin meningkatkan kecenderungan terhadap perilaku tersebut.

Menurut Ajzen niat merupakan faktor yang paling bisa memprediksi keputusan seseorang untuk melakukan perilaku. Seperti pada umumnya, semakin kuat niat seseorang untuk melakukan suatu perilaku semakin besar pula kemungkinan usaha yang diperbuat. Hubungan antara niat dengan perilaku konsumsi buah dan sayur juga didukung oleh beberapa penelitian terdahulu. Penelitian Godin *et al* (2010); Collins dan Mulan (2011); dan Blanchard *et al* (2009) menyatakan bahwa niat telah terbukti memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

Hasil analisis data menyatakan bahwa niat memiliki pengaruh positif terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur namun ternyata tingkat konsumsi buah dan sayur masih rendah. Berdasarkan hasil penelitian ini ditemukan bahwa rata-rata responden mengkonsumsi sayur antara 3 kali sampai 6 kali dalam satu minggu. Padahal asupan konsumsi buah dan sayur yang dianjurkan Risesdas adalah sebanyak 500 gram sayur setiap harinya. Penelitian Appleton (2009) menyatakan bahwa niat telah terbukti menjadi faktor penting dalam perilaku konsumsi buah dan sayur tetapi niat yang dimaksud belum terwujud maksimal dalam bentuk tindakan (perilaku). Sehingga, walaupun memiliki niat yang tinggi dalam mengkonsumsi buah dan sayur namun belum diwujudkan dengan perilaku konsumsi yang tinggi.

Dalam beberapa kasus, niat tidak selalu diterjemahkan ke dalam perilaku. Perbedaan ini menghasilkan 'celah' teoritis antara niat dan perilaku (Sniehotta et al, 2015). Kesenjangan ini terbukti dalam beberapa studi yang telah menerapkan TPB untuk konsumsi buah dan sayuran (Kothe *et al.*, 2011; Mullan dan Xavier, 2013). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pengaplikasian niat ke dalam tindakan mungkin terkait dengan kemampuan seseorang untuk mengatur diri sendiri dalam menentukan perilaku mereka. Pengaturan diri (self regulation) telah didefinisikan sebagai pengaturan yang disengaja dari sisi internal individu dalam menanggapi pemicu lingkungan, pada pengelolaan pola perilaku (Baumeister *et al* 2012). Penelitian telah menemukan aspek pengaturan diri menjadi penting untuk berbagai perilaku kesehatan salah satunya konsumsi buah dan sayur (Mullan dan Xavier, 2013). Faktor pengaturan diri tidak diteliti dalam penelitian yang dilakukan penulis. Sehingga berdasarkan studi literatur yang dilakukan penulis faktor pengaturan diri diduga menjadi penyebab rendahnya konsumsi buah dan sayur.

Berdasarkan hasil analisis, sikap merupakan predictor utama yang mempengaruhi niat. Untuk meningkatkan sikap dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan mengenai manfaat konsumsi buah dan sayur. Jika memiliki pengetahuan yang mencukupi mengenai manfaat konsumsi buah dan sayur maka responden akan merasa lebih yakin bahwa konsumsi buah dan sayur merupakan perilaku yang menguntungkan.

Kendali perilaku dapat mempengaruhi perilaku baik secara langsung maupun melalui niat. Berdasarkan fakta di lapang menunjukkan bahwa rata-rata

responden memiliki kemampuan secara ekonomi dan memiliki akses untuk membeli buah dan sayur. Namun, konsumsi aktual sayur dan buah masih rendah. Sehingga, untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayur dapat dilakukan dengan cara memudahkan mahasiswa dalam membeli buah dan sayur. Selain itu, pilihan buah dan sayur yang ditawarkan sebaiknya lebih beragam.



## VI. PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

Tingkat konsumsi buah dan sayur yang rendah merupakan isu penting di berbagai negara termasuk di Indonesia. Mahasiswa termasuk ke dalam kelompok umur dewasa muda dengan kisaran usia 19-25 tahun dan merupakan kelompok umur dengan konsumsi sayur dan buah yang rendah. *Theory of Planned Behaviour* (TPB) digunakan untuk menganalisis perilaku konsumsi buah dan sayur. *Structural equation modelling Partial Least Square* (SEM-PLS) digunakan untuk menguji prediktor TPB dalam perilaku konsumsi buah dan sayur.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap, norma subyektif, dan kendali perilaku menunjukkan pengaruh yang signifikan dan positif terhadap niat. Sikap merupakan variabel yang paling berpengaruh terhadap konsumsi buah dan sayur. Variabel kedua yang mempengaruhi niat adalah kendali perilaku. Variabel terakhir yang mempengaruhi niat adalah norma subyektif. Variabel kendali perilaku dan niat memiliki pengaruh signifikan dan positif terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Variabel kendali perilaku merupakan prediktor langsung utama perilaku. Sedangkan niat merupakan prediktor langsung kedua yang mempengaruhi perilaku.

### 6.2 Saran

Peningkatan sikap dapat dilakukan dengan cara memberi pengetahuan lebih lanjut mengenai manfaat konsumsi buah dan sayur secara rutin. Responden harus diyakinkan bahwa konsumsi buah dan sayur secara rutin merupakan keputusan yang baik bagi kesehatan. Dengan demikian mahasiswa merasa lebih yakin akan niatnya untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayur memiliki manfaat yang positif. Kendali perilaku dapat ditingkatkan dengan cara memberi kemudahan berupa harga yang terjangkau dan menyediakan akses yang mudah dijangkau dan harga yang ekonomis bagi mahasiswa untuk membeli buah dan sayur. Dengan demikian, mahasiswa akan merasa lebih memiliki kendali untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayur



## DAFTAR PUSTAKA

- Andika Mohammad, Siti Madanijah. 2015. *Konsumsi Buah dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar di Bogor*. Jurnal Gizi Pangan, Maret 2015: ISSN 1978-1059
- Anzarkusuma I.S., Mulyani E.Y., Jus'at I., Angkasa D., 2014. *Status Gizi Berdasarkan Pola Makan Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Rajeg Tangerang*. Indonesian Journal of Human Nutrition, Vol. 1 No.2: 135 – 148.
- Ajzen, I., Fishbein, M. 1991. *The Theory of Planned Behaviour*. Organisational Behaviour and Human Decision Process.  
<https://doi.org/10.4135/9781446249215.n22>
- Ajzen, I. 2005. *Theory of Planned Behaviour*. New York: Open University Press. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Anzman S. L., Birch L. L., Larson. 2010. *Learning to eat in an obesogenic environment: a developmental systems perspective on childhood obesity*. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2010.00132>
- Appleton Katherine M., Rory McGill & Jayne V. Woodside. 2009. *Fruit and vegetable consumption in older individuals in Northern Ireland: levels and patterns*. <https://doi.org/10.1017/S0007114509332122>
- Armitage, Christopher. Conner, Mark. 2010. *Efficacy of the Theory of Planned Behaviour: A meta-analytic review*.  
<https://doi.org/10.1348/014466601164939>
- Arnett J.J. 2006. *Emerging Adulthood: What is it, And What Is It Good For?*  
<https://doi.org/10.1173/11925-2881-12-162>
- Australia Bureau Statistic.2012. *Fruit and vegetable consumption and waste in Australia*. Australia National Health Survey
- Balitbang Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Bagordo, F.; Grassi, T.; Serio, F.; Idolo, A.; de Donno. 2013. *A Dietary habits and health among university students living at or away from home in Southern Italy*. J. Food Nutr. Res., 52, 164–171.  
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.01.008>
- Baranowski T, Smith M, Hearn M, Lin L, Baranowski J, Doyle C, et al. 2012. *Patterns in children's fruit and vegetable consumption by meal and day of the week*. Journal of the American College of Nutrition.  
<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2010.04.014>

- Baron, R. A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial (10th ed.)*. Jakarta: Erlangga
- Baumeister, R. F., Schmeichel, B. J., & Vohs, K. D. 2012. *Self-regulation and the executive function. The self as controlling agent*. Social psychology. Handbook of basic principles (2nd ed., pp. 516–539). New York, NY: Guilford Press. <https://doi.org/10.1016/j.jth.2015.02.007>
- Bella, Nadya, Rachman. I, Gede, Mustika., I. G. A Wita Kusumawati. 2017. *Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar*. Jurnal Gizi Indonesia, 6 (1), 2017. e-ISSN : 2338-3119, p-ISSN: 1858-4942
- Blanchard, Chris M., Kupperman, Jannet., Phillip B. .Sparling. 2009. *Do ethnicity and gender matter when using the theory of planned behavior to understand fruit and vegetable consumption?* Appetite Journal Volume 52. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2008.07.001>
- Brug J, Tak Ni, Te Velde Sj, Et Al. (2008) *Taste Preferences, Liking And Other Factors Related To Fruit And Vegetable Intakes Among School Children: Results From Observational Studies*. Br J Nutrition. <https://doi.org/10.1017/S0007114508892458>
- Chin, W.W., Thatcher, J.B., Wright, R.T., Steel, D.J. 2012. “Controlling for Common Method Variance in PLS Analysis: The Measured Latent Marker Variable Approach. Partial Least Squares and Related Methods, Houston, Texas USA, p.8. [https://doi.org/10.1007/978-3-540-32827-8\\_29](https://doi.org/10.1007/978-3-540-32827-8_29)
- Cluskey M., Grobe D. 2009. *College weight gain and behavior transitions: male and female differences*. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2008.10.045>
- Davide Menozzi, Giovanni Sogari, Cristina Mora. 2015. *Fruit Consumption Among Young Adults in Italy: A Case Study*. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2012.03.028>
- Deliens T, Clarys P, Bourdeaudhuij I, Deforche B. 2013. *Weight, Socio-Demographics, And Health Behaviour Related Correlates Of Academic Performance In First Year University Students*. Nutrition Journal. <https://doi.org/10.1186/1475-2891-12>
- Gallagher, K.,M. Updegraff, J.,A. 2012. *Theory Of Planned Behavior Explains Gender Difference In Fruit And Vegetable Consumption*. Appetite Journal. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.08.007>
- Guillaumie, L., Godin, G., & Vezina-Im, L. 2010. *Psychosocial determinants of fruit and vegetable intake in adult population: A systematic review*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 7(12), 1-12. <https://doi.org/10.1080/13548506.2016.1159705>
- Hall J.N., Moore S., Harper S.B., Lynch J.W. *Global variability in fruit and vegetable consumption*. Amer. J. Prev. Med. 2009;36:402–409. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2009.01.029>

- Ha EJ, Caine-Bish N. 2009. *Effect Of Nutrition Intervention Using A General Nutrition Course For Promoting Fruit And Vegetable Consumption Among College Students*. [https://doi: 10.1016/j.jneb.2008.07.001](https://doi.org/10.1016/j.jneb.2008.07.001).
- Hair, Joseph F. JR., Anderson, Rolph E., Tatham, Ronald L., & Black, William C. 2010. *Multivariate Data Analysis*. Fifth Edition. Prentice-Hall International, Inc.
- He, K., Hu, F.B., Colditz, G.A., Manson, J.E., Willett, W.C., Liu, S., 2010. *Changes in intake of fruits and vegetables in relation to risk of obesity and weight gain among middle-aged women*. Int. J. Obes. Relat. Metab.Disorder. <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0802795>
- Herminalina, Prihatini S 2014 *Gambaran Konsumsi Sayur Dan Buah Penduduk Indonesia Dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (Skmi) 2014*. Pusat Penelitian Dan Pengembangan Upaya Kesehatan Masyarakat.
- Houben, K., & Jansen, A. 2011. *Training inhibitory control. A recipe for resisting sweet temptations*. Appetite, 56(2), 345–349. <https://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2010.12.017>
- Huang Y, Song Wo, Schemmel Ra, Hoerr Sm. 2014. *What Do College Students Eat? Food Selection And Meal Pattern*. Nutr Res [https://Doi.Org/10.1016/S0271-5317\(05\)80242-8](https://doi.org/10.1016/S0271-5317(05)80242-8)
- Jaya, I. G. N. M. & Sumertajaya, I. M. 2008. *Pemodelan Persamaan Struktural dengan Partial Least Square*. Jakarta: Penerbit Andi.
- Kapinos Ka, Yakusheva O, Eisenberg D. 2014. *Obesogenic Environmental Influences On Young Adults: Evidence From College Dormitory Assignments*. Econ Hum.Bio. [https://Doi.Org/10.1016/J.Ehb.2013.05.003](https://doi.org/10.1016/J.Ehb.2013.05.003)
- Kemenkes. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kittinger., S.T. Mayet., S. Niess. 2008. *Examining The Predictive Value of Theory of Planned Behaviour and Stage of Change on Fruit and Vegetable Intake*. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2010.01.018>
- Kock, Ned and Lynn, Gary S. 2012. *Lateral Collinearity and Misleading Results in Variance-Based SEM: An Illustration and Recommendations*. Journal of the Association for Information Systems: Vol. 13 : Iss. 7 , Article 2. [https:// doi.org/: 10.13140/RG.2.1.4125.4245](https://doi.org/10.13140/RG.2.1.4125.4245)
- Kothe, EJ. 2014. *A randomised controlled trial of a theory of planned behaviour to increase fruit and vegetable consumption*. Fresh Facts. Appetite Journal. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.03.006>
- Larson N, Laska Mn, Story M, Neumark-Sztainer D. 2012. *Predictors Of Fruit And Vegetable Intake In Young Adulthood*. Journal of Academic Nutrition Diet. [https://Doi.Org/10.1016/J.Jand.2012.03.035](https://doi.org/10.1016/J.Jand.2012.03.035)

- Lien. Lytle, L.,A., Komro, K., A. 2015. *Applying Theory of Planned Behavior To Fruit And Vegetable Consumption Of Young Adolescents*.  
<https://doi.org/10.4278/0890-1171-16.4.189>
- Liu, S., Manson, J.E., Lee, I.M., Cole, S.R., Hennekens, C.H., Willett, W.C., Buring, J.E., 2011. *Fruit and vegetable intake and risk of cardiovascular disease: the Women's Health Study*.  
<https://doi.org/10.1093/ajcn/72.4.922>
- Maïano, C., Morin, A. J., Lanfranchi, M. C., & Therme, P. 2013. *The eating attitudes test-26 revisited using exploratory structural equation modeling*. Journal of Abnormal Child Psychology, <https://dx.doi.org/10.1007/s10802->
- Mariana Carvalho; deMenezesa, Ana. Victoria, Diez Roux; Aline CristineSouza Lopes. 2018. *Fruit and vegetable intake: Influence of perceived food environment and self-efficacy*.  
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.05.011>
- Marsh, H. W., Ellis, L., Parada, R., Richards, G., & Heubeck, B. 2009. *A short version of the self description questionnaire ii: operationalizing criteria for short-form with new applications of confirmatory factor analyses*. Psychological Assessment, 17, 81– 102.  
<https://doi.org/10.1037/1040-3590.17.1.81>
- Menozzi, Davide. Mora, Christian. 2012. *Fruit Consumption Determinants Among Young Adults in Italy: A Case Study*. Food Science and Technology Journal. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2012.03.028>
- Menozzi, Davide. Giovanni, Sogari. Mora,Christina.2015. *Understanding And Modelling Vegetables Consumption Among Young Adults*. Food Science and Technology Journal. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2017.02.002>
- Montano, D. & Kasprzyk, D. 2008. *Theory of reasoned action, theory of planned behavior, and the integrated behavioral model*. Health behavior and health education: Theory, research, and practice. (pp. 67 - 92). San Francisco, CA: Jossey-Bass: A Wiley Imprint. <https://doi.org/10.2147/AHMT.S56207>
- Morin, A. J. S., & Maïano, C. (2011). *Cross-Validation of the short form of the physical self-inventory (PSI-S) using exploratory structural equation modeling (ESEM)*. Psychology of Sport & Exercise. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.04.003>
- Mullan, B., & Xavier, K. 2013. *Predicting saturated fat consumption. Exploring the role of subjective well-being*. Psychology, Health & Medicine, 18(5), 515–521. <https://doi.org/10.1080/13548506.2013.764456>
- Mullan, Barbara. Vanessa, Allom. Amy, Brogan.Jemma Todd. 2014. *Self-regulation and the intention behaviour gap: Exploring dietary behaviours in university students*. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.10.010>



- Murnaghan, D., Blanchard, C., Rodgers, W., LaRosa, J., MacQuarrie, C., (2010). *Predictors of physical activity, healthy eating and being smoke-free in teen: A theory of planned behavior approach*. Psychology and Health, 25(8), 925-941. <https://doi.org/10.1080/08870440902866894>
- Nelson Mc, Story M, Larson Ni, Neumark-Sztainer D, Lytle La 2009. *Emerging Adulthood And College Aged Youth: An Overlooked Age For Weight-Related Behavior Change*. <https://doi.org/10.1038/Oby.2008.365>
- Notoatmodjo, Soekijo 2010, *Metodologi penelitian sosial*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Nystrom Aa, Schmitz Kh, Perry Cl, Et Al. 2015 *The Relationship Of Weight-Related Perceptions, Goals, And Behaviors With Fruit And Vegetable Consumption In Young Adolescents*. Prev Med 40. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2014.05.022>
- Papadaki, A.; Hondros, G.; Scott, J.A.; Kapsokefalou, M. 2017. *Eating habits of University students living at, or away from home in Greece*. Appetite Journal. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.01.008>
- Prelip, M., Slusser, W., Thai, C., Kinsler, J., & Erausquin, J. 2011. *Effects of a school-based nutrition program diffused throughout a large urban community on attitudes, beliefs, and behaviors related to fruit and vegetable consumption*. Journal of School Health, 81(9), 520-529. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2011.00622.x>
- Schiffman, Leon dan Leslie Lazar Kanuk. 2008. *Perilaku Konsumen*. Jakarta: Erlangga.
- Sniehotta, F., Scholz, U., & Schwarzer, R. 2015. *Bridging the intention-behavior gap. Planning, self-efficacy, and action control in the adoption and maintenance of physical exercise*. Psychology & Health, 20(2), 143-160
- Thow, A.M., Priyadarshi, S., 2013. *Aid for Trade: an opportunity to increase fruit and vegetable supply*. Bull. World Health Organisation.
- UK National Diet and Nutrition 2012. *New National Diet and Nutrition Survey*. UK Government.
- US Department of Agriculture. 2016. *Fruit and vegetable intake of US. America National Health and Nutrition Examination Survey*.
- Vincenzo *et.al.* 2010. *Handbook of Partial Least Square*. Springer-Verlag Berlin Heidelberg. [https://doi.org/10.1111/j.1751-5823.2012.00196\\_20.x](https://doi.org/10.1111/j.1751-5823.2012.00196_20.x)
- Wang, X., Ouyang, Y., Liu, J., Zhu, M., Zhao, G., Bao, W., Hu, F.B., 2014. *Fruit and vegetable consumption and mortality from all causes, cardiovascular disease, and cancer: systematic review and dose-response meta-analysis of prospective cohort studies*. International Journal of Gastronomy and Food Science 10. <https://doi.org/10.1136/bmj.g4490>
- World Health Organization (WHO) WHO; Geneva, Switzerland: 2003. *Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases*.

# LAMPIRAN





## Lampiran 1. Kuisioner Penelitian

**KUISIONER PENELITIAN**

Kepada

Responden Yth,

Perkenalkan saya Ilma Solida Trisyanti mahasiswa Fakultas Pertanian, Program Studi Agribisnis Universitas Brawijaya. Saat ini saya sedang melakukan penelitian skripsi yang berjudul **Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa: Aplikasi *Theory Of Planned Behaviour*** sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi S1. Sehubungan dengan hal tersebut mohon kesediaan anda untuk mengisi daftar pernyataan dan pertanyaan di bawah ini. Seluruh data yang diisikan akan dipergunakan hanya untuk kepentingan penelitian. Kesediaan Saudara/i merupakan bantuan yang sangat besar artinya bagi terlaksananya penelitian ini.

Atas partisipasinya saya ucapkan terima kasih,

Adapun kriteria responden yang dibutuhkan dalam penelitian ini antara lain:

1. Mahasiswa Fakultas Pertanian Universitas Brawijaya angkatan 2014-2017
2. Berusia 19-25 tahun
3. Sedang kos di Malang

**a. Karakteristik Responden**

1. Nama:
2. Jenis Kelamin:
  - ☐ Laki-laki      ☐ Perempuan
3. Angkatan:
  - ☐ 2014      ☐ 2015      ☐ 2016      ☐ 2017
4. Usia:..... tahun
5. Asal: ☐ Desa.....      ☐ Kota.....
6. Pekerjaan Orangtua
  - ☐ Tidak bekerja      ☐ Pedagang
  - ☐ PNS      ☐ Buruh

- Pegawai swasta
- Wiraswasta
- Lainnya

7. Berapakah pendapatan orangtua anda dalam satu bulan

- Rp. 1.000.000-3.000.000
- Rp. 3.000.001-5.000.000
- Rp. 5.000.001-7.000.000
- >Rp. 7.000.001

8. Berapakah uang saku anda dalam satu bulan

- Rp. 500.000 - Rp 1.000.000
- Rp 1.000.001-1.500.000
- Rp. 1.500.001-2.000.000
- >2.000.001

Pilih jawaban, dimana masing-masing indikator terdapat pertanyaan dengan skala penilaian :

1= Sangat Tidak Setuju

2= Tidak Setuju

3= Kurang Setuju

4= Setuju

5= Sangat Setuju

#### **b. Sikap Konsumsi Sayur dan Buah**

1. Menurut saya mengkonsumsi buah dan sayur merupakan keputusan yang baik bagi kesehatan

	1	2	3	4	5
Sangat tidak setuju	○	○	○	○	○ Sangat Setuju

2. Menurut saya mengkonsumsi buah dan sayur merupakan pilihan yang bijak

	1	2	3	4	5
Sangat tidak setuju	○	○	○	○	○ Sangat Setuju

3. Menurut saya mengkonsumsi buah dan sayur merupakan hal yang menguntungkan untuk kesehatan

1      2      3      4      5  
 Sangat tidak setuju ○      ○      ○      ○      ○ Sangat Setuju

**c. Norma subyektif konsumsi buah dan sayur**

1. Keluarga saya mempengaruhi konsumsi buah dan sayur

1      2      3      4      5  
 Sangat tidak setuju ○      ○      ○      ○      ○ Sangat Setuju

2. Teman saya mempengaruhi konsumsi buah dan sayur

1      2      3      4      5  
 Sangat tidak setuju ○      ○      ○      ○      ○ Sangat Setuju

3. Informasi dari TV/buku/majalah mempengaruhi saya dalam mengkonsumsi sayur

1      2      3      4      5  
 Sangat tidak setuju ○      ○      ○      ○      ○ Sangat Setuju

**d. Kendali perilaku konsumsi buah dan sayur**

1. Saya memiliki kemampuan secara ekonomi untuk membeli buah dan sayur

1      2      3      4      5  
 Sangat tidak setuju ○      ○      ○      ○      ○ Sangat Setuju

2. Saya memiliki ketersediaan akses untuk membeli buah dan sayur

1      2      3      4      5  
 Sangat tidak setuju ○      ○      ○      ○      ○ Sangat Setuju

3. Mengkonsumsi buah dan sayur berada dalam kendali saya

1      2      3      4      5  
 Sangat tidak setuju ○      ○      ○      ○      ○ Sangat Setuju

4. Saya yakin bisa mengkonsumsi buah dan sayur secara rutin

1      2      3      4      5  
 Sangat tidak setuju ○      ○      ○      ○      ○ Sangat Setuju

**e. Niat konsumsi buah dan sayur**

1. Selama seminggu terakhir saya berharap dapat mengkonsumsi buah dan sayur secara rutin

1            2            3            4            5

Sangat tidak setuju ☐            ☐            ☐            ☐            ☐ Sangat Setuju

2. Selama seminggu terakhir saya berencana mengkonsumsi buah dan sayur secara rutin

1            2            3            4            5

Sangat tidak setuju ☐            ☐            ☐            ☐            ☐ Sangat Setuju

3. Selama seminggu terakhir saya tertarik untuk mengkonsumsi buah dan sayur secara rutin

1            2            3            4            5

Sangat tidak setuju ☐            ☐            ☐            ☐            ☐ Sangat Setuju

**f. Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur**

1. Berapa frekuensi konsumsi sayur dan buah anda dalam seminggu terakhir

1x            2x            3-4x            5-6x            7x

Jarang            ☐            ☐            ☐            ☐            ☐ Sering

2. Saya lebih memilih mengkonsumsi buah dan sayur dibanding makanan cepat saji

1            2            3            4            5

Sangat tidak setuju ☐            ☐            ☐            ☐            ☐ Sangat Setuju



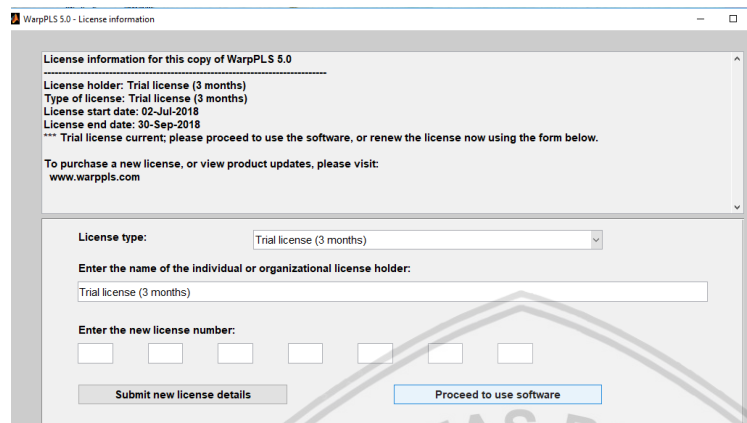
Sikap			Ns			PBC				Niat			Perilaku	
X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5
5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	4	2	3
4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3
4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3
5	5	5	5	5	5	4	3	4	3	5	5	5	1	3
5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	2	4
5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	5	4	4	4	3
5	5	5	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4
4	4	4	4	3	5	4	3	4	5	5	5	5	1	5
5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	1	2
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4
5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5
4	4	5	4	2	4	4	4	4	2	4	5	5	2	3
4	4	5	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3
5	5	5	4	3	4	5	4	4	3	5	5	5	4	3
5	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	4	5
4	4	5	2	2	4	4	5	3	2	5	4	4	4	5
5	5	5	4	4	3	4	2	2	2	5	5	5	3	3
5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	2	4
5	5	5	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	2
5	4	5	5	4	4	5	3	5	5	5	5	5	3	4
5	5	5	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4
5	5	5	5	3	5	5	2	5	5	5	5	5	4	5
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	2
5	5	5	4	2	3	4	3	3	3	5	5	5	2	3
5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	5	4	5	2	3
5	5	5	4	4	2	4	4	2	2	4	4	4	2	2
5	4	5	5	3	4	5	5	5	5	5	4	5	3	4
5	4	4	5	3	3	3	3	3	3	4	4	4	1	2
4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4
4	4	3	5	3	4	4	4	3	2	5	5	5	2	4
5	4	5	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3
5	5	5	2	2	4	3	5	5	4	4	4	4	4	3
5	5	5	4	3	3	5	5	5	5	5	5	5	2	4
4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	1	4	1	2	4
5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4
4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	5	5	5	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	2	2
5	5	5	4	2	3	4	3	3	3	5	5	5	2	3
2	3	3	2	1	3	5	5	5	1	2	2	2	1	2
5	5	5	1	1	1	5	5	5	5	5	5	5	4	5



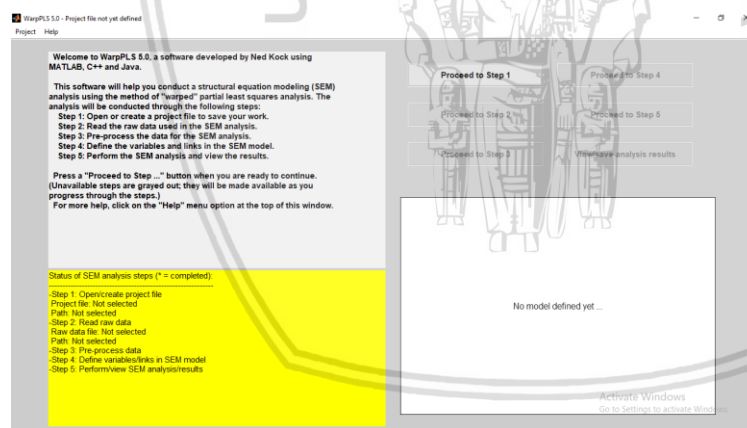
Sikap			Ns			PBC				Niat			Perilaku	
X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5
5	5	5	5	3	3	5	5	4	3	5	5	5	3	3
3	3	4	5	3	4	3	4	3	3	4	4	4	1	3
5	4	4	5	4	4	5	5	5	4	5	5	5	2	2
5	5	5	5	2	2	5	5	5	1	5	5	5	2	2
5	5	5	4	4	4	5	4	4	2	2	5	5	5	4
5	5	5	5	3	3	5	5	4	3	5	5	5	3	3
5	5	5	4	2	5	4	3	4	3	5	5	5	3	3
5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4
5	5	5	5	4	4	4	3	3	3	4	5	5	4	3
5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	3	4
5	5	5	4	5	4	3	4	4	3	5	4	4	2	2
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	4	3	5	2	2	4	4	3	2	3	3	3	1	2
5	5	3	4	1	1	5	2	2	2	5	5	5	1	1
4	4	5	4	3	5	4	4	3	3	5	4	4	3	3
5	5	5	4	3	3	5	5	5	5	5	5	5	4	4
5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	5	4	4
5	5	5	5	5	5	4	4	4	3	5	5	5	3	4
5	5	5	5	4	2	4	4	4	2	4	5	5	4	4
1	1	1	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1

### Lampiran 3. Tahapan Pengoperasian Warp PLS 5.0

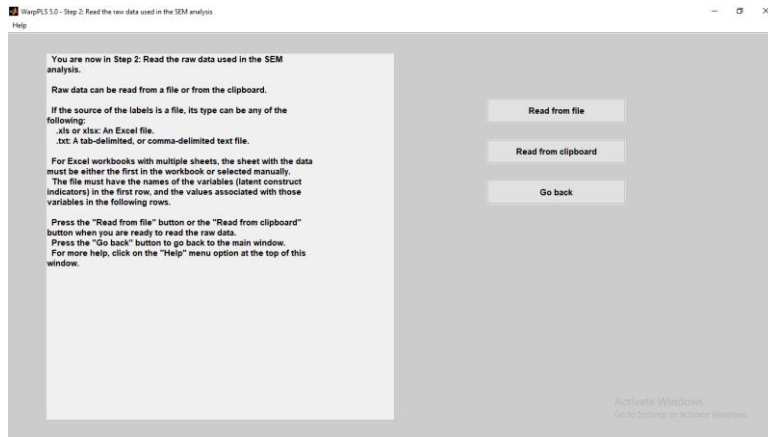
1. Buka software WarpPLS 5.0. Pada tampilan *Main window*, klik *Proceed to Use Software*.



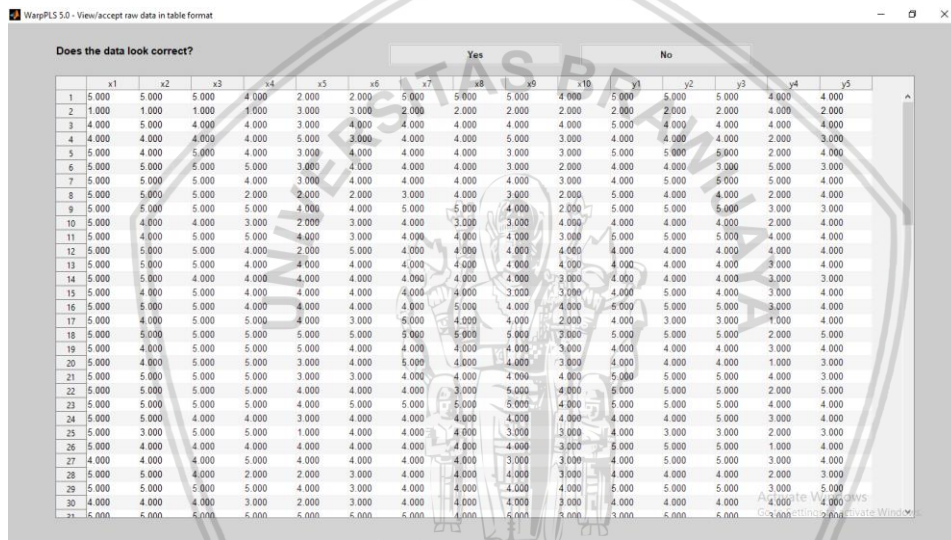
2. Kemudian akan muncul kotak dialog yang berisi lima langkah dalam analisis SEM



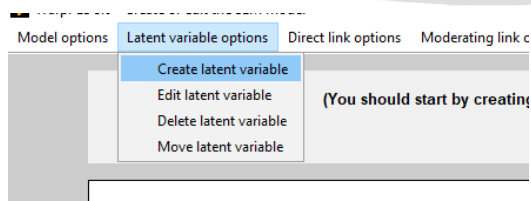
3. Masukkan data melalui *proceed to step 2*.



4. Klik *proceed to step 3* untuk pemrosesan data. Klik *yes* jika data sudah benar



5. Kemudian kembali pada kota dialog *Project file*, klik *Proceed to Step 4* untuk mendefinisikan model SEM. Klik menu *Latent Variabel Options* untuk membuat model SEM



6. Masukkan nama variabel laten dan beserta indikator pada kota dialog *Create Latent Variabel*

Latent variable name: (max 8 characters)

View/remove indicators:

- x1
- x2
- x3

Remove

Add indicators:

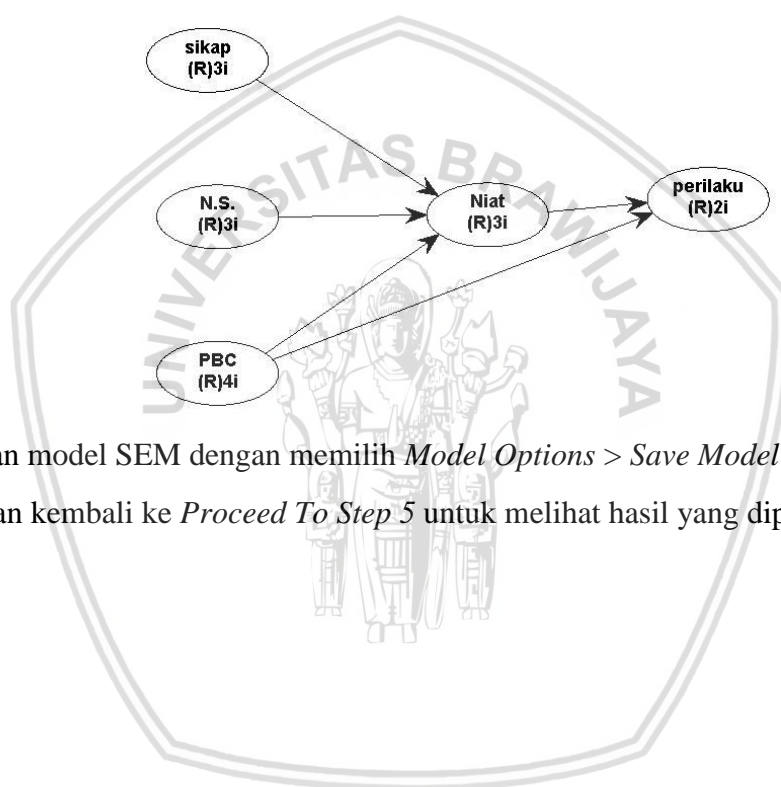
- x4
- x5
- x6
- x7
- x8
- x9
- x10

Add

Measurement model:

☒ Reflective ☐ Formative

7. Rancang model SEM sesuai dengan tujuan penelitian dan hubungkan masing-masing variabel laten.



8. Simpan model SEM dengan memilih *Model Options > Save Model and Close*. Kemudian kembali ke *Proceed To Step 5* untuk melihat hasil yang diperoleh.

## Lampiran 4. Hasil Analisis WarpPLS

### 1. Combined and cross loading

\*\*\*\*\*  
 \* Combined loadings and cross-loadings \*  
 \*\*\*\*\*

	sikap	N.S.	PBC	Niat	perilak	Type (a	SE	P value
x1	0.952	0.008	-0.032	0.070	-0.062	Reflect	0.077	<0.001
x2	0.928	-0.057	-0.011	0.042	0.005	Reflect	0.078	<0.001
x3	0.919	0.049	0.044	-0.115	0.059	Reflect	0.078	<0.001
x4	0.071	0.785	0.061	0.221	-0.264	Reflect	0.081	<0.001
x5	0.036	0.831	-0.131	-0.153	0.067	Reflect	0.080	<0.001
x6	-0.111	0.778	0.078	-0.060	0.195	Reflect	0.081	<0.001
x7	0.015	-0.002	0.793	0.180	-0.375	Reflect	0.081	<0.001
x8	0.197	-0.135	0.780	-0.244	0.026	Reflect	0.081	<0.001
x9	0.007	0.051	0.901	-0.158	0.038	Reflect	0.078	<0.001
x10	-0.255	0.089	0.776	0.281	0.360	Reflect	0.083	<0.001
y1	-0.010	-0.091	0.034	0.885	-0.007	Reflect	0.079	<0.001
y2	0.081	0.063	-0.027	0.932	0.024	Reflect	0.078	<0.001
y3	-0.069	0.023	-0.006	0.956	-0.017	Reflect	0.077	<0.001
y4	0.188	-0.054	-0.100	-0.330	0.741	Reflect	0.082	<0.001
y5	-0.188	0.054	0.100	0.330	0.741	Reflect	0.082	<0.001

### 2. Composite Reliability

Composite reliability coefficients

sikap	N.S.	PBC	Niat	perilak
0.953	0.841	0.869	0.947	0.709

### 3. Cronbach Alpha

Cronbach's alpha coefficients

sikap	N.S.	PBC	Niat	perilak
0.925	0.715	0.796	0.915	0.718

### 4. AVE

\*\*\*\*\*  
 \* Correlations among latent variables and errors \*  
 \*\*\*\*\*

Correlations among l.vs. with sq. rts. of AVEs

	sikap	N.S.	PBC	Niat	perilak
sikap	0.933	0.413	0.533	0.713	0.310
N.S.	0.413	0.798	0.395	0.402	0.257
PBC	0.533	0.395	0.791	0.511	0.445
Niat	0.713	0.402	0.511	0.925	0.359
perilak	0.310	0.257	0.445	0.359	0.741

## 5. Colinearity VIF

```
Full collinearity VIFs
-----
|
sikap  N.S.  PBC  Niat  perilaku
2.253  1.296  1.680  2.215  1.289
```

## 6. Standart error dan effect size

```
*****
* Standard errors for path coefficients *
*****

      sikap  N.S.  PBC  Niat  perilaku
sikap
N.S.
PBC
Niat  0.086  0.096  0.096
perilaku      0.091  0.095

*****
* Effect sizes for path coefficients *
*****

      sikap  N.S.  PBC  Niat  perilaku
sikap
N.S.
PBC
Niat  0.396  0.060  1.093
perilaku      0.260  0.163
```

## 7. GOF

```
Model fit and quality indices
-----

Average path coefficient (APC)=0.357, P<0.001
Average R-squared (ARS)=0.588, P<0.001
Average adjusted R-squared (AARS)=0.571, P<0.001
Average block VIF (AVIF)=1.593, acceptable if <= 5, ideally <= 3.3
Average full collinearity VIF (AFVIF)=1.747, acceptable if <= 5, ideally <= 3.3
Tenenhaus GoF (GoF)=0.523, small >= 0.1, medium >= 0.25, large >= 0.36
Simpson's paradox ratio (SPR)=1.000, acceptable if >= 0.7, ideally = 1
R-squared contribution ratio (RSCR)=1.000, acceptable if >= 0.9, ideally = 1
Statistical suppression ratio (SSR)=1.000, acceptable if >= 0.7
Nonlinear bivariate causality direction ratio (NLBCDR)=1.000, acceptable if >= 0.7
```

## 8. Q-Square

```
Q-squared coefficients
-----

sikap  N.S.  PBC  Niat  perilaku
      0.638  0.552
```

## 9. Path coefficient

```
Path coefficients
-----

      sikap  N.S.  PBC  Niat  perilaku
sikap
N.S.
PBC
Niat  0.551  0.316  0.457
perilaku      0.358  0.275
```



10. R square

R-squared coefficients  
-----

sikap	N.S.	PBC	Niat	perilak
			0.627	0.549

11. Diagram Jalur

